

УТВЕРЖДАЮ

и.о. заведующего _____ (Новокрещенова
Екатерина Михайловна)

11.03.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.03.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	190	6,24	6,1	29,55	158,64
	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО НА МОЛОКЕ	187	3,15	3,46	15,05	99,76
Итого за завтрак 1		431.00	12.44	14.21	70.35	414.90
Завтрак 2	МАНДАРИН	88	1,12	0,28	30,4	128
Итого за завтрак 2		88.00	1.12	0.28	30.40	128.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ "ЗДОРОВЬЕ"	58	1	2,13	4,26	38,88
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	196	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	194	12,46	11,31	17,26	230
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	2,82	0,4	22,34	98,63
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	199	0	0	10,78	43
Итого за обед		699.00	24.04	17.68	65.12	521.71
Полдник	КЕФИР	201	5,98	0,2	7,97	61,84
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	64	4,63	9,57	30,11	243
Итого за полдник		265.00	10.61	9.77	38.08	304.84
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	57	0,75	3,27	3,92	48,64
	ОМЛЕТ	140	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		407.00	11.29	13.73	24.51	284.99
Итого за день		1893.00	59.50	55.67	228.46	1654.44

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Наталия Михайловна)

Шеф-повар: _____ (Окулова Елена Владимировна)