

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий 32 (Загоскина Елена Павловна)
02.02.2026



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углевод ы	
03.02.2026						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	193	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	47	3,07	0,51	26,26	121,59
	СЫР ПОРЦИЯМИ	12	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С САХАРОМ	179	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		431.00	10.57	10.28	57.06	363.36
Завтрак 2	ЯБЛОКО	200	0,8	0,8	19,6	94
Итого за завтрак 2		200.00	0.80	0.80	19.60	94.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	59	0,89	3,03	3,93	48,3
	ЩИ	199	2,32	3,28	4,16	55,2
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ГУЛЯШ С ТОМАТОМ	79	6	7,6	2,47	164,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	178	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		715.00	16.09	19.90	85.82	549.85
Полдник	ЙОГУРТ	187	5,81	5,01	22,04	156,28
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	67	3,75	1,41	53,52	200,71
Итого за полдник		254.00	9.56	6.42	75.56	356.99
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	148	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	75	3,66	4,1	2,7	102,35
	БАТОН	28	2,38	0,3	14,66	70,89
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	176	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		427.00	9.25	8.32	40.76	337.35
Итого за день		2030.00	46.27	45.72	278.80	1701.55

Исполнитель: Диетсестра 8/А (Вылегжанина Наталия Михайловна)
Шеф-повар: Окулова Елена Владимировна