

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий (Загоскина Елена

Павловна)

11.04.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.04.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	154	4,53	4,22	26,05	159,98
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	49	3,06	0,51	26,24	121,48
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	195	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		442.00	15.92	15.94	68.34	482.46
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.79	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	59	0,9	3	3,9	47,9
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	189	2,16	3,44	13,44	93,6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	142	3,07	4,16	27,65	136,8
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	79	9,94	13,86	1,1	221,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	179	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		698.00	18.87	24.86	77.99	636.10
Полдник	МОЛОКО	193	5,62	4,92	9,34	105,22
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	67	4,56	3,79	36,66	208,54
Итого за полдник		260.00	10.18	8.71	46.00	313.76
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	151	7,23	11,21	47,55	323,67
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	47	0,2	0	4,6	19,9
	БАТОН	29	1,79	0,3	15,34	71,05
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		407.00	9.33	11.54	67.53	415.44
Итого за день		2010.00	55.30	61.25	279.65	1933.76

Исполнитель: Диетсестра (Вылегжанина Наталия Михайловна)

Шеф-повар: (Окулова Елена Владимировна)