

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Загоскина
Елена Павловна)
15.04.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углево- ды	
16.04.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	199	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	52	3	0,5	25,7	119
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		494.00	16.03	16.61	57.75	445.80
Завтрак 2	ЯБЛОКО	198	0,84	0,84	19,59	94,05
Итого за завтрак 2		198.00	0.84	0.84	19.59	94.05
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	52	0,98	3,12	4,71	50,41
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	193	3,55	4,44	8,15	97,18
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,17	3,92	14,25	127,33
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	78	17,62	14,48	7,41	230,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	2,82	0,4	22,34	98,63
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	179	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		703.00	28.14	26.36	66.56	642.78
Полдник	МОЛОКО	203	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	29	0,03	0	24,24	97,99
Итого за полдник		232.00	5.63	4.90	33.54	202.79
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	58	0,76	3,33	3,98	49,5
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	138	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	48	0,62	2,26	6,27	55,54
	БАТОН	31	1,81	0,3	15,49	71,73
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		455.00	29.45	18.48	51.75	501.00
Итого за день		2085.00	80.09	67.19	229.19	1886.42

Исполнитель: _____ (Вылегжанина Наталия Михайловна)

Шеф-повар: _____ (Окулова Елена Владимировна)