

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий (Загоскина Елена

Павловна)

24.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
25.06.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	182	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	38	3	0,5	25,7	119
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	187	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		411.00	10.95	12.25	57.45	383.00
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	157	1,79	0,4	16,3	86,55
Итого за завтрак 2		157.00	1.79	0.40	16.30	86.55
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	56	1	4	4,9	59,7
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	191	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	148	2,92	4,92	15	141,14
	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ	83	9,38	10,56	8,29	165,65
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	198	0	0	10,81	43,15
	Итого за обед		721.00	19.65	24.32	69.35
Полдник	МОЛОКО	178	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	39	2,38	1,88	30,26	147,66
Итого за полдник		217.00	7.98	6.78	39.56	252.46
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	58	0,75	3,27	3,92	48,64
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	134	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	23	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	23	1,86	0,31	15,91	73,69
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		418.00	29.47	18.04	47.83	473.61
Итого за день		1927.00	69.84	61.79	230.49	1800.44

Исполнитель: Диетсестра (Вылегжанина Наталия Михайловна)

Шеф-повар: (Окулова Елена Владимировна)