

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Даровских А. С.)
09.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
09.07.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	25	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета гр.1,3,5,6	150	3,58	4,56	37,39	204,34
	ХЛЕБЦЫ (диета) диета гр.1,3	9	0,71	0,13	7,37	33,48
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.1,3,5,6	150	0	0	7,33	29,41
Итого за завтрак 1		738.00	14.15	16.69	96.67	596.72
Завтрак 2	ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	14,7	70,5
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.1	150	0	0	7,33	29,41
Итого за завтрак 2		300.00	0.60	0.60	22.03	99.91
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,5	4,09	1,5	45,5
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	2,17	3,29	7,13	66,62
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,16
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	20	1,53	0,2	10,26	52,39
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ХЛЕБЦЫ (диета) диета гр.1,3	9	0,71	0,13	7,37	33,48
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.1	150	0	0	7,33	29,41
Итого за обед		937.00	17.18	19.43	78.94	608.56
Полдник	КЕФИР	199	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,87	30	146,4
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.5,6	150	0	0	7,33	29,41
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета гр.1,3	20	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН диета гр.5,6	35	2,67	0,35	17,96	91,69
Итого за полдник		444.00	11.04	2.42	79.16	393.64
Ужин 1	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	152	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	29	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета гр.3,5,6	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ХЛЕБЦЫ (диета) диета гр.1,3	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за ужин 1		555.00	33.96	19.56	89.90	672.50
Итого за день		2977.00	76.93	58.70	366.70	2371.33

Исполнитель: _____ (Яговкина Ю. В.)