

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Даровских А.С.)

10.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.01.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	192	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	19	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	2	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	193	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета гр.4,5	148	3,58	4,56	37,39	204,34
	ХЛЕБЦЫ (диета) диета гр.1,4,5	9	0,71	0,13	7,37	33,48
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.1,3,4,5,6	150	0	0	7,33	29,41
Итого за завтрак 1		713.00	14.84	19.01	103.02	646.47
Завтрак 2	ЯБЛОКО	110	0,44	0,44	10,78	51,7
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.1	150	0	0	7,33	29,41
Итого за завтрак 2		260.00	0.44	0.44	18.11	81.11
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	60	0,59	0,05	8,76	35,64
	ЩИ	187	2,32	3,28	4,16	55,2
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	147	3,16	3,91	14,25	127,33
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	78	7,1	1,6	3,9	77,4
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,65	0,3	12,15	58,8
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	179	0,46	0	11,88	50,67
	ХЛЕБЦЫ (диета) диета гр.1,4,5	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за обед		717.00	16.23	10.41	64.57	458.74
Полдник	МОЛОКО	190	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	22	1,74	1,38	22,13	108,01
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.1,3,5,6	150	0	0	7,33	29,41
	МАРМЕЛАД диета гр.3,6	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		382.00	7.36	6.28	54.64	306.42
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	134	12,88	11,74	20,25	272,88
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	28	0,6	1,87	1,99	27,05
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	27	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.5,6	156	3,61	4,6	37,57	205,67
	ХЛЕБЦЫ (диета) диета гр.1,4,5	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за ужин 1		561.00	22.36	19.07	96.57	682.09
Итого за день		2638.00	61.23	55.21	336.91	2174.83

Исполнитель: _____ (Яговкина Ю. В.)