

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий Pa (Даровских А. С.)  
 13.01.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

| Прием пищи            | Наименование блюда                    | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|-----------------------|---------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
|                       |                                       |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| <b>13.01.2025</b>     |                                       |           |                  |       |          |             |
| Завтрак 1             | КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ                 | 178       | 4,86             | 5,3   | 25,56    | 168,96      |
|                       | БАТОН                                 | 18        | 1,91             | 0,25  | 12,83    | 65,49       |
|                       | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                        | 3         | 0,05             | 4,15  | 0,05     | 37,5        |
|                       | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                      | 183       | 3,2              | 2,7   | 15,7     | 100,7       |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.1,3,4,5,6      | 148       | 0                | 0     | 7,33     | 29,41       |
| Итого за завтрак 1    |                                       | 530.00    | 10.02            | 12.40 | 61.47    | 402.06      |
| Завтрак 2             | СОК (фруктовый/овощной)               | 200       | 1                | 0,2   | 19,79    | 86          |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.1              | 148       | 0                | 0     | 7,33     | 29,41       |
| Итого за завтрак 2    |                                       | 348.00    | 1.00             | 0.20  | 27.12    | 115.41      |
| На весь день          | Соль йодированная                     | 5         | 0                | 0     | 0        | 0           |
| Итого за на весь день |                                       | 5.00      |                  |       |          |             |
| Обед                  | САЛАТ `МОЗАИКА`                       | 58        | 1,73             | 4,43  | 6,09     | 71,34       |
|                       | СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ                 | 185       | 3,68             | 4,16  | 16,64    | 119,2       |
|                       | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ            | 149       | 3,59             | 4,57  | 37,33    | 204,35      |
|                       | КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ               | 76        | 5,63             | 20,8  | 6,51     | 227,63      |
|                       | ПОДЛИВ                                | 47        | 0,4              | 1,9   | 3,5      | 33,7        |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 30        | 1,65             | 0,3   | 12,15    | 58,8        |
|                       | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК                       | 178       | 0,09             | 0,09  | 16,1     | 66,69       |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.1              | 148       | 0                | 0     | 7,33     | 29,41       |
| Итого за обед         |                                       | 871.00    | 16.77            | 36.25 | 105.65   | 811.12      |
| Полдник               | МОЛОКО                                | 170       | 5,6              | 4,9   | 9,3      | 104,8       |
|                       | ПЕЧЕНЬЕ                               | 10        | 0,01             | 0     | 7,94     | 32,1        |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.1,3,5,6        | 148       | 0                | 0     | 7,33     | 29,41       |
|                       | МАРМЕЛАД диета гр.3,6                 | 20        | 0,02             | 0     | 15,88    | 64,2        |
| Итого за полдник      |                                       | 348.00    | 5.63             | 4.90  | 40.45    | 230.51      |
| Ужин 1                | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА                    | 136       | 26,15            | 12,56 | 25,97    | 323,41      |
|                       | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)               | 25        | 0,6              | 1,87  | 1,99     | 27,05       |
|                       | БАТОН                                 | 27        | 2,75             | 0,36  | 18,47    | 94,31       |
|                       | ЧАЙ С МОЛОКОМ                         | 169       | 0,8              | 1     | 11,41    | 44,06       |
|                       | КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета гр.5,6 | 149       | 3,58             | 4,57  | 37,45    | 204,68      |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.1,3,5,6        | 144       | 0                | 0     | 7,33     | 29,41       |
| Итого за ужин 1       |                                       | 650.00    | 33.88            | 20.36 | 102.62   | 722.92      |
| Итого за день         |                                       | 2752.00   | 67.30            | 74.11 | 337.31   | 2282.02     |

Исполнитель: \_\_\_\_\_ (Яговкина Ю. В.)