

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Даровских А. С.)
16.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.05.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	25	1,91	0,25	12,83	65,49
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,61	2,08	0	25,56
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета гр.2,4	200	8,71	8,71	49,79	311,55
	ХЛЕБЦЫ (диета) диета гр.1,2,4	9	0,71	0,13	7,37	33,48
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.1,2,4,5,6	200	0	0	9,77	39,21
Итого за завтрак 1		841.00	21.53	21.09	117.81	751.54
Завтрак 2	ЯБЛОКО	110	0,44	0,44	10,78	51,7
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.1,5,10,12	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	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,96	3,06	4,62	49,44
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	3,91	14,25	127,33
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	16,44	15,7	11,46	252,85
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ диета гр.1	60	0,75	3,27	3,92	48,64
ХЛЕБЦЫ (диета) диета гр.1,2,4		9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за обед		799.00	29.49	31.11	82.63	754.23
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КУРАГОЙ	70	5,2	2,7	30,59	176,98
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.1,5,6	200	0	0	9,77	39,21
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета гр.1,2,4	20	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН диета гр.5,6	30	2,29	0,3	15,39	78,59
Итого за полдник		520.00	13.11	7.90	80.93	463.78
Ужин 1	ОМЛЕТ	150	11,78	13,59	4,8	187,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета гр.1,5,6	150	3,58	4,56	37,39	204,34
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр) диета гр.5,6	40	5,09	4,59	0,3	63
	ХЛЕБЦЫ (диета) диета гр.1,2,4	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за ужин 1		594.00	25.60	23.57	88.01	665.71
Итого за день		3017.00	90.17	84.11	387.49	2716.37

Исполнитель: _____ (Яговкина Ю. В.)