

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Даровских А.С.)
17.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
18.07.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	199	5,73	4,95	24,25	165,65
	БАТОН	33	2,74	0,36	18,41	93,96
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО НА МОЛОКЕ	199	3,14	3,46	15,02	99,58
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ-диета	180	7,84	7,84	44,81	280,39
	ЧАЙ С САХАРОМ - диета	200	0	0	9,78	39,21
	ХЛЕБЦЫ (диета)	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за завтрак 1		825.00	20.21	20.89	119.69	749.77
Завтрак 2	ЯБЛОКО	110	0,44	0,44	10,78	51,7
	ЧАЙ С САХАРОМ - диета	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 2		310.00	0.44	0.44	20.56	90.91
На весь	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	72	0,5	4,09	1,5	45,5
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	199	3,52	4,05	8,88	97,52
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	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	50	2,75	0,5	20,25	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ - диета	80	7,89	7,89	3,19	136
Итого за обед		859.00	25.90	24.77	89.70	644.04
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ / ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕН.-диета	20	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН	18	1,53	0,2	10,26	52,39
	ЧАЙ С САХАРОМ - диета	200	0	0	9,78	39,21
	ХЛЕБЦЫ (диета)	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за полдник		446.00	7.86	5.23	52.59	294.08
Ужин 1	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ	213	12,46	11,31	17,26	230
	БАТОН	32	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ С МОЛОКОМ/ чай с сахаром - диета	199	0,89	1,11	12,68	48,96
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА) - диета	200	10,57	20,76	17,26	296,15
Итого за ужин 1		644.00	26.71	33.58	64.40	658.41
Итого за день		3087.00	81.12	84.91	346.94	2437.21

Исполнитель: _____ (Перминова А.В.)