

УТВЕРЖДАЮ
И.о.заведующего Торопова О.В. (Торопова О.В.)
24.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
25.07.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	22	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЧАЙ С САХАРОМ - диета	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 1		627.00	10.55	14.32	60.71	418.45
Завтрак 2	ЯБЛОКО	120	0,48	0,48	11,76	56,4
	ЧАЙ С САХАРОМ - диета	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 2		320.00	0.48	0.48	21.54	95.61
На весь	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,09	4,5	58,9
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	199	3,27	3,97	6,24	81,27
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	3,91	14,25	127,33
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	79	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
Итого за обед		728.00	26.22	29.11	62.58	650.04
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
	ЧАЙ С САХАРОМ - диета	200	0	0	9,78	39,21
Итого за полдник		430.00	5.63	4.90	42.90	240.31
Ужин 1	ОМЛЕТ	150	11,78	13,59	4,8	187,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	30	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ - диета	150	3,59	4,57	37,33	204,35
Итого за ужин 1		539.00	19.81	18.86	80.28	569.24
Итого за день		2647.00	62.69	67.67	268.01	1973.65

Исполнитель: Перминова А.В. (Перминова А.В.)