

УТВЕРЖДАЮ

И.о.заведующего (Торопова О.В.)

29.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.07.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	191	6,24	6,1	29,55	158,64
	БАТОН	25	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	192	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета гр.1,3,5,6	150	6,53	6,53	37,34	233,66
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.1,3,5,6	150	0	0	7,33	29,41
Итого за завтрак 1		713.00	17.93	19.73	102.80	625.40
Завтрак 2	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.1	150	0	0	7,33	29,41
	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		350.00	1.00	0.20	27.12	115.41
На весь день	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
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	189	5,13	3,6	14,89	112,87
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	25	1,91	0,25	12,83	65,49
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	16,1	66,7
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.1	150	0	0	7,33	29,41
Итого за обед		836.00	20.36	29.10	85.06	688.32
Полдник	МОЛОКО	184	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.1,3,5,6	150	0	0	7,33	29,41
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета гр.1,6	20	1,18	0,93	15	73,2
	БАТОН диета гр.3,5,6	35	2,67	0,35	17,96	91,69
Итого за полдник		419.00	9.48	6.18	73.41	395.40
Ужин 1	ОМЛЕТ	136	11,78	13,59	4,8	187,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	35	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.1,3,5,6	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр) диета гр.3,5,6	32	5,09	4,59	0,3	63
Итого за ужин 1		565.00	25.02	23.48	71.82	597.86
Итого за день		2886.00	73.79	78.69	360.21	2422.39

Исполнитель: _____ (Яговкина Ю. В.)