

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Головкина Л.А.)
01.04.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углеводы	
02.04.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТА гр1,6,11	150	3,58	4,56	37,39	204,34
	ЧАЙ С САХАРОМ гр1,6,11	200	0	0	9,78	39,21
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр1,6	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за завтрак 1		807.00	17.04	20.61	101.71	659.90
Завтрак 2	ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74	61,1
Итого за завтрак 2		130.00	0.52	0.52	12.74	61.10
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	4	3,4	57
	УХА РЫБАЦКАЯ	200	7,92	3,92	10,8	113,6
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	80	9,93	23,35	10,18	278,3
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ вегет. Гр6,10,11	200	3,27	3,97	6,24	81,27
	РИС ОТВАРНОЙ гр6	150	3	3,3	34,05	173,7
Итого за обед		1070.00	31.31	42.02	114.18	957.43
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
	ЧАЙ С САХАРОМ гр1,6,11	200	0	0	9,78	39,21
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр1,6	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за полдник		439.00	6.34	5.03	50.27	273.79
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,48	0	0,96	7,92
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	200	12,73	7,81	34,16	257,5
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,53	2,55	1,7	31,98
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	РИС ОТВАРНОЙ гр1,6,11	150	3	3,3	34,05	173,7
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ гр1,6,11	80	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр1,6	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за ужин 1		749.00	31.28	23.79	113.85	799.56
Итого за день		3198.00	86.49	91.97	392.75	2751.78

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Головкина Л.А.)
01.04.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углеводы	
02.04.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТА гр1,6,11	150	3,58	4,56	37,39	204,34
	ЧАЙ С САХАРОМ гр1,6,11	200	0	0	9,78	39,21
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр1,6	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за завтрак 1		807.00	17.04	20.61	101.71	659.90
Завтрак 2	ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74	61,1
Итого за завтрак 2		130.00	0.52	0.52	12.74	61.10
Обед	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	4	3,4	57
	УХА РЫБАЦКАЯ	200	7,92	3,92	10,8	113,6
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	80	9,93	23,35	10,18	278,3
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ вегет. Гр6,10,11	200	3,27	3,97	6,24	81,27
	РИС ОТВАРНОЙ гр6	150	3	3,3	34,05	173,7
Итого за обед		1070.00	31.31	42.02	114.18	957.43
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
	ЧАЙ С САХАРОМ гр1,6,11	200	0	0	9,78	39,21
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр1,6	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за полдник		439.00	6.34	5.03	50.27	273.79
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,48	0	0,96	7,92
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	200	12,73	7,81	34,16	257,5
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,53	2,55	1,7	31,98
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	РИС ОТВАРНОЙ гр1,6,11	150	3	3,3	34,05	173,7
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ гр1,6,11	80	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр1,6	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за ужин 1		749.00	31.28	23.79	113.85	799.56
Итого за день		3198.00	86.49	91.97	392.75	2751.78