

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий_____ (Головкина Л.А.)
02.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.07.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ ГР3,4,5,11	150	3,58	4,56	37,39	204,34
	ЧАЙ С САХАРОМ гр3,4,11	200	0	0	9,78	39,21
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр4,5	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за завтрак 1		834.00	20.51	21.93	111.04	723.94
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,18	133,07
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ вегет.	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ ИЗ КУР	80	14,17	18,25	3,44	234,69
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ вегет. Гр11	200	3,27	3,97	6,24	81,27
	ПЛОВ С КУРОЙ гр11	200	27,07	22,67	47,59	502,67
Итого за обед		1120.00	56.18	63.10	122.96	1309.33
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	6,89	9,91	31,97	254,13
	ЧАЙ С САХАРОМ гр3,4,11	200	0	0	9,78	39,21
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр3,4,5,11	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за полдник		479.00	13.20	14.94	58.42	431.62
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	200	7,23	11,21	47,55	323,67
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
	МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ С РИСОМ И ИЗЮМОМ гр3,4,5,11	200	3,44	6,15	36,56	212,96
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр4,5	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за ужин 1		689.00	14.62	17.99	130.93	745.79
Итого за день		3325.00	105.51	118.16	443.15	3296.68