

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Головкина Л.А.)

16.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.07.2025						
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	150	3,58	4,56	37,39	204,34
	ЧАЙ С САХАРОМ гр3,4,11	200	0	0	9,78	39,21
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр5	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	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,51	0	13,2	56,3
	ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74	61,1
Итого за завтрак 2		330.00	1.03	0.52	25.94	117.40
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ 'ДЕТСКИЕ ГОДЫ'	60	0,9	6,02	2,63	68,47
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ вегет.	200	1,78	2,22	10,01	89,56
	ПЛОВ С КУРОЙ	200	19,11	17,44	33	368
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		690.00	24.58	26.08	75.54	662.73
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА 'ТВОРОЖНАЯ'	70	6,65	5,47	34,06	220,35
	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	12.96	10.50	60.51	397.84
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 БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	БАТОН	50	3	0,5	25,65	119
	МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ С РИСОМ И ИЗЮМОМ гр3,4,5,11	200	3,44	6,15	36,56	212,96
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр5	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за ужин 1		689.00	14.69	18.02	121.77	709.83
Итого за день		3025.00	73.77	77.05	394.80	2611.74