

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ ()
19.02.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|-----------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 20.02.2025 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША `АССОРТИ` | 200 | 5,1 | 5,5 | 26,1 | 172,6 |
| | БАТОН | 24 | 1,5 | 0,25 | 12,85 | 59,5 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,5 |
| | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 2,9 | 2,5 | 14,87 | 98,8 |
| Итого за завтрак 1 | | 429.00 | 9.55 | 12.40 | 53.87 | 368.40 |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) | 188 | 1 | 0,2 | 19,81 | 86,1 |
| | ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Итого за завтрак 2 | | 288.00 | 1.40 | 0.60 | 29.61 | 133.10 |
| На весь день | Соль йодированная | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за на весь день | | 5.00 | | | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ | 60 | 1 | 5,9 | 4,9 | 82,8 |
| | СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ | 200 | 6,8 | 8,4 | 8,5 | 147,5 |
| | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 150 | 3,25 | 3,08 | 12,67 | 96,58 |
| | БИТОЧКИ ИЗ КУР | 72 | 8,38 | 7,93 | 12,3 | 160,49 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,68 | 0,24 | 13,32 | 58,8 |
| | БАТОН | 32 | 2,02 | 0,34 | 17,31 | 80,17 |
| | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 180 | 0,18 | 0,09 | 13,96 | 57,15 |
| Итого за обед | | 724.00 | 23.31 | 25.98 | 82.96 | 683.49 |
| Полдник | КЕФИР | 200 | 5,99 | 0,2 | 7,99 | 61,94 |
| | ПРЯНИКИ | 30 | 1,77 | 1,4 | 22,5 | 109,8 |
| | БАТОН | 34 | 2,1 | 0,35 | 17,99 | 83,3 |
| Итого за полдник | | 264.00 | 9.86 | 1.95 | 48.48 | 255.04 |
| Ужин 1 | СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ | 60 | 0,9 | 0,06 | 5,28 | 25,2 |
| | МАКАРОНЫ С СЫРОМ | 180 | 7,51 | 9,2 | 34,19 | 250,61 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 18 | 1,12 | 0,16 | 8,8 | 39,2 |
| | БАТОН | 33 | 2,1 | 0,35 | 17,99 | 83,3 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | 0,04 | 0 | 9,15 | 36,78 |
| Итого за ужин 1 | | 621.00 | 15.26 | 14.34 | 112.74 | 639.44 |
| Итого за день | | 2331.00 | 59.38 | 55.27 | 327.66 | 2079.47 |

Исполнитель: _____ ()

Шеф-повар: _____ ()