

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____()

26.02.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|-----------------------|--------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 27.02.2025 | | | | | | |
| Завтрак 1 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 143 | 12,88 | 11,75 | 20,25 | 253,88 |
| | СОУС СМЕТАННЫЙ | 30 | 0,36 | 1,32 | 1,37 | 23,1 |
| | БАТОН | 31 | 2,1 | 0,35 | 17,99 | 83,3 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,5 |
| | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 180 | 0,11 | 0,03 | 0,04 | 0,82 |
| Итого за завтрак 1 | | 389.00 | 15.50 | 17.60 | 39.70 | 398.60 |
| Завтрак 2 | ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Итого за завтрак 2 | | 100.00 | 0.40 | 0.40 | 9.80 | 47.00 |
| На весь день | Соль йодированная | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за на весь день | | 5.00 | | | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ | 60 | 0,69 | 3,07 | 3,16 | 38,02 |
| | СУП `ВОЛНА` С МЯСОМ ПТИЦЫ | 198 | 4,02 | 6,08 | 18,05 | 185,77 |
| | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ | 150 | 4,22 | 5,61 | 30,5 | 113,74 |
| | КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ | 74 | 10,8 | 15,33 | 0 | 190,25 |
| | ПОДЛИВ | 50 | 0,4 | 1,9 | 3,5 | 33,7 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 2,8 | 0,4 | 22,2 | 98 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| Итого за обед | | 912.00 | 26.52 | 36.96 | 124.44 | 902.53 |
| Полдник | МОЛОКО | 161 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 104,8 |
| | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ | 50 | 3,2 | 2,66 | 25,72 | 146,29 |
| | БАТОН | 26 | 1,8 | 0,3 | 15,42 | 71,4 |
| Итого за полдник | | 337.00 | 11.00 | 8.26 | 60.24 | 369.49 |
| Ужин 1 | САЛАТ `ОСЕННИЙ` | 60 | 1,07 | 3,16 | 7,55 | 63,06 |
| | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 150 | 3,25 | 3,08 | 12,67 | 96,58 |
| | ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ | 70 | 13,25 | 27,84 | 0,78 | 292,75 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 21 | 1,68 | 0,24 | 13,32 | 58,8 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0 | 0 | 8,8 | 35,3 |
| Итого за ужин 1 | | 481.00 | 19.25 | 34.32 | 43.12 | 546.49 |
| Итого за день | | 2224.00 | 72.67 | 97.54 | 277.30 | 2264.11 |

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()