

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Мыльникова Т.В.)
 12.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.03.2025						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	200	5,1	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	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		440,00	10,15	12,50	59,01	392,20
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	185,18	0,93	0,19	18,33	79,63
	ЯБЛОКО	58	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		243,18	1,33	0,59	28,13	126,63
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ порция	57	1,32	0,24	6,7	34,8
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,12	4,08	8,08	84
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	61,75	8,34	11,83	0	146,85
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	Итого за обед		698,75	19,09	19,76	65,01
Полдник	ИОГУРТ	188	5,8	5	22	156
	ПРЯНИКИ	29	1,77	1,4	22,5	109,8
	БАТОН	31,85	1,91	0,32	16,37	75,8
Итого за полдник		248,85	9,48	6,72	60,87	341,60
Ужин 1	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	60	0,9	0,06	5,28	25,2
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,52	9,21	34,2	250,62
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	26,29	1,47	0,21	11,57	51,53
	БАТОН	35	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		481,29	12,03	9,83	78,19	447,43
Итого за день		2115,07	52,08	49,40	291,21	1833,64

Исполнитель: Медсестра СН (Ситникова Н.А.)

Шеф-повар: _____ 0