

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Метелева Е.А.)
19.06.2025



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.06.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	199	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		426.00	10.49	12.06	52.86	363.33
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	122	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		322.00	1.40	0.60	29.60	133.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02	7,81	3,35	92,79
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	78	10,8	15,33	0	190,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
	Итого за обед	713.00	24.08	33.29	83.54	671.58
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	31	3,25	2,57	41,25	201,3
Итого за полдник		230.00	8.85	7.47	50.55	306.10
Ужин 1	САЛАТ 'ЗИМНИЙ'	56	1,6	3,6	6,9	65,2
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	156	24,97	10,15	27,48	301,11
	СОУС МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ	49	1,3	4,73	5,13	68,27
	БАТОН	33	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	Итого за ужин 1	474.00	30.08	18.86	57.54	518.70
Итого за день		2168.00	74.90	72.28	274.09	1992.71

Исполнитель: Медсестра (Кузнецова Ю.Ю.)
Шеф-повар: (Хлепова Е.Г.)