

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий (Маслеева Л.Н.)

14.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.07.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	199	6.24	6.1	29.55	158.64
	БАТОН	37	2.1	0.35	17.99	83.3
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5.08	4.36	0.3	62.8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3.59	4.57	37.33	204.35
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2.31	2.98	0	36.52
	КАКАО С МОЛОКОМ	199	2.9	2.5	14.87	98.8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8.8	35.3
Итого за завтрак 1		815.00	22.22	20.86	108.84	679.71
Завтрак 2	ГРУША	97	0.38	0.31	10.31	47
Итого за завтрак 2		97.00	0.38	0.31	10.31	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0.5	4.09	1.5	45.5
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5.12	3.6	14.88	112.8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3.59	4.57	37.33	204.35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	79	11.39	9.6	5.9	163
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	80	4.02	28.65	0	245.51
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0.09	0.09	16.1	66.69
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	2.79	0.4	20.2	98
Итого за обед		798.00	27.50	51.00	95.91	935.85
Полдник	КЕФИР	188	5.99	0.2	7.99	61.94
	ПРЯНИКИ	35	2.06	1.63	26.25	128.1
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8.8	35.3
Итого за полдник		403.00	8.05	1.83	43.04	225.34
Ужин 1	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	58	0.96	3.06	4.62	49.44
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2.92	4.92	15	141.14
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	17.47	14.36	7.35	228.56
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	80	4.02	28.65	0	245.51
	БАТОН	41	2.4	0.4	20.52	95.2
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0.04	0	9.15	36.78
	ПОДЛИВ	50	0.4	1.9	3.5	33.7
Итого за ужин 1		639.00	28.21	53.29	60.14	830.33
Итого за день		2755.00	86.36	127.29	318.24	2718.23

Исполнитель: Медсестра (Ерастова Ю.В.)

Шеф-повар: (Мезрина О.С.)