



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Маслеева Л.Н.)
15.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.07.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	198	4.96	6	21.74	161.81
	БАТОН	38	2.1	0.35	17.99	83.3
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	7.84	7.84	44.81	280.39
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	179	0.8	1	11.41	44.06
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8.8	35.3
Итого за завтрак 1		780.00	15.75	19.34	104.80	642.36
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	196	1	0.2	19.8	86
Итого за завтрак 2		196.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4.1	4.5	58.9
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7.76	3.84	10.48	111.2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10.57	20.76	17.26	296.15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	2.79	0.4	20.2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9.7	38.7
Итого за обед		692.00	22.12	29.10	62.14	602.95
Полдник	ЙОГУРТ	188	5.8	5	22	156
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0.02	0	15.88	64.2
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8.8	35.3
Итого за полдник		388.00	5.82	5.00	46.68	255.50
Ужин 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	47	0.5	0.1	1.5	8.4
	ОМЛЕТ	148	8.63	10.13	5.13	164.13
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	7.84	7.84	44.81	280.39
	БАТОН	44	2.4	0.4	20.52	95.2
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8.8	35.3
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	80	4.02	28.65	0	245.51
Итого за ужин 1		679.00	23.39	47.12	80.76	828.93
Итого за день		2738.00	68.08	100.76	314.18	2415.74

Исполнитель: Медсестра (Ерастова Ю.В.)

Шеф-повар: (Мезрина О.С.)