

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий Маш (Маслеева Л.Н.)
29.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
7/30/2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4.96	6	21.74	161.81
	БАТОН	36	2.1	0.35	17.99	83.3
	РИС ОТВАРНОЙ	150	3	3.3	34.05	173.7
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	171	0.76	0.95	10.84	41.86
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8.8	35.3
Итого за завтрак 1		742.00	10.87	14.75	93.47	533.47
Завтрак 2	ГРУША	98	0.38	0.31	10.31	47
Итого за завтрак 2		98.00	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 СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2.82	11.6	4.18	133.07
	УХА С КРУПНОЙ 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	47	2.79	0.4	20.2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0.34	0	14.64	58.98
Итого за обед		687.00	24.28	36.60	66.76	697.40
Полдник	ЙОГУРТ	172	5.8	5	22	156
	ПРЯНИКИ	35	2.06	1.63	26.25	128.1
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8.8	35.3
Итого за полдник		387.00	7.86	6.63	57.05	319.40
Ужин 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0.5	0.1	1.5	8.4
	ОМЛЕТ	150	8.63	10.13	5.13	164.13
	РИС ОТВАРНОЙ	150	3	3.3	34.05	173.7
	БАТОН	42	2.4	0.4	20.52	95.2
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	80	4.02	28.65	0	245.51
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8.8	35.3
Итого за ужин 1		662.00	18.55	42.58	70.00	722.24
Итого за день		2579.00	61.94	100.87	297.59	2319.51

Исполнитель: Медсестра _____ (Ерастова Ю.В.)
Шеф-повар: _____ (Мезрина О.С.)