



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Вилутис Л.В.),
15.04.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.04.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	КАША КУКУРУЗНАЯ ДИЕТА	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		685.00	19.93	22.41	74.61	581.00
Завтрак 2	ЯБЛОКО	98	0,39	0,39	9,6	46,06
	АПЕЛЬСИН ДИЕТА	130	1,16	0,26	10,53	55,9
Итого за завтрак 2		228.00	1.55	0.65	20.13	101.96
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	58	0,46	0	0,93	7,66
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	3,19	4	7,34	87,46
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,51	2,74	2,29	92,57
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	47,7	2,67	0,38	21,18	93,49
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		745.70	12.35	16.94	61.04	526.12
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	15	0,01	0	11,91	48,15
Итого за полдник		215.00	5.61	4.90	21.21	152.95
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,7	3,05	10,38	63
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	135	23,54	11,3	23,37	291,07
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ ДИЕТА	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	БАТОН	37	2,22	0,37	19,02	88,06
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		612.00	30.76	21.52	96.24	701.30
Итого за день		2488.70	70.20	66.42	273.23	2063.33
Среднее значение за период		2488.70	70.20	66.42	273.23	2063.33

Исполнитель: Заведующий _____ (Вилутис Л.В.)
Шеф-повар: _____ (Смертина А.Ю)