

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий Вилутис Л.В. (Вилутис Л.В.)  
 21.04.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
22.04.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	190	4,71	5,7	20,65	153,72
	КАША КУКУРУЗНАЯ ДИЕТА	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	170	2,67	2,94	12,77	84,64
Итого за завтрак 1		613.00	17.28	18.81	75.98	540.03
Завтрак 2	ГРУША	130	0,49	0,4	13,4	61,1
	АПЕЛЬСИН ДИЕТА	130	1,16	0,26	10,53	55,9
Итого за завтрак 2		260.00	1.65	0.66	23.93	117.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	56	0,9	2,86	4,31	46,14
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ ДИЕТА	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	46,4	2,6	0,37	20,6	90,94
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого за обед		722.40	21.80	30.72	65.22
Полдник	ЙОГУРТ	167	4,84	4,17	18,37	130,26
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
	ПЕЧЕНЬЕ ДИЕТА	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		237.00	8.14	10.33	61.98	373.38
Ужин 1	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2,14	6,05	4,66	81,18
	ОМЛЕТ	120	6,9	8,1	4,1	131,3
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ ДИЕТА	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) ДИЕТА	70	3,52	25,07	0	214,82
	БАТОН	36	2,16	0,36	18,5	85,68
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		616.00	18.42	44.18	64.63	718.15
Итого за день		2451.40	67.29	104.70	291.74	2369.21
Среднее значение за период		2451.40	67.29	104.70	291.74	2369.21

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