



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Вилутис Л.В.)
29.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.05.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	180	4,85	6,5	20,12	158
	КАША КУКУРУЗНАЯ ДИЕТА	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,72	2,29	13,34	85,59
Итого за завтрак 1		585.00	13.92	19.14	70.93	511.49
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	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	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ	40	1,2	0,13	2,67	16
	УХА РЫБАЦКАЯ	180	7,13	3,53	9,72	102,24
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,75	3,4	12,35	110,35
	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (СВИНИНА)	74	11,74	26,35	8,33	307,42
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45,65	2,56	0,37	20,27	89,47
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		679.65	25.62	34.92	65.14	684.40
Полдник	МОЛОКО	150	4,2	3,68	6,98	78,6
	ПРЯНИКИ	32	1,89	1,5	24	117,12
	ПЕЧЕНЬЕ ДИЕТА	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		202.00	6.11	5.18	46.86	259.92
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	ОМЛЕТ	141	8,11	9,52	4,82	154,28
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ ДИЕТА	150	5,56	4,85	33,71	208,94
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		566.00	16.63	18.02	60.48	495.98
Итого за день		2235.65	63.28	77.46	263.21	2037.79
Среднее значение за период		2235.65	63.28	77.46	263.21	2037.79

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