

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Усцов И. Ю.)
10.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценнос ть
			Белки	Жиры	Углево ды	
11.07.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
Итого за завтрак 1		485.00	16.12	18.83	58.96	471.75
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ "ЛЕТНИЙ"	64	0,9	2,88	2,52	36,24
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	5,17	5,54	8,54	119,82
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ПЕЧЕНЬ ПО- СТРОГАНОВСКИ	79	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	2,82	0,4	22,34	98,63
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,11	0	10,56	42,94
Итого за обед		745.00	24.29	23.92	88.96	587.03
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	40	0,04	0	31,76	128,4
Итого за полдник		240.00	5.64	4.90	41.06	233.20
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	61	0,48	0	0,96	7,92
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	80	19,07	13,49	14,89	255,74
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ	200	0,51	0	13,2	56,3
Итого за ужин 1		531.00	25.63	17.81	63.86	542.49
Итого за день		2104.00	72.08	65.86	262.64	1881.47