

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Усцов И. Ю.)
14.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углеводо ы	
15.07.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	38	2,48	0,41	21,23	98,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87	98,8
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
Итого за завтрак 1		483.00	15.38	16.72	62.01	466.36
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	150	1,33	0,3	12,15	64,5
Итого за завтрак 2		150.00	1.33	0.30	12.15	64.50
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	ТЕФТЕЛИ 2-Й ВАРИАНТ	80	20,35	22,28	14,56	340,52
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	200	0,19	0,08	14,38	58,31
Итого за обед		790.00	32.98	38.61	105.16	819.05
Полдник	СНЕЖОК	199	5,6	5	22	154
	ПРЯНИКИ	50	2,95	2,33	37,5	183
Итого за полдник		249.00	8.55	7.33	59.50	337.00
Ужин 1	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	БАТОН	38	2,42	0,4	20,72	95,92
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,04	0	10,17	40,87
Итого за ужин 1		518.00	9.69	10.32	51.34	400.17
Итого за день		2192.00	67.93	73.28	290.16	2087.08