

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Усцов И. Ю.)
15.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценн ость |
|-----------------------|---------------------------------|--------------|------------------|-------|--------------|-----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углевод ы | |
| 16.07.2025 | | | | | | |
| Завтрак 1 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 148 | 12,88 | 11,75 | 20,25 | 253,88 |
| | БАТОН | 40 | 2,4 | 0,4 | 20,56 | 95,2 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,5 |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 199 | 3,2 | 2,7 | 15,7 | 100,7 |
| | СГУЩЕННОЕ МОЛОКО | 29 | 1,99 | 2,37 | 16,3 | 20,37 |
| Итого за завтрак 1 | | 421.00 | 20.52 | 21.37 | 72.86 | 507.65 |
| Завтрак 2 | ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| | СОК | 148 | 0,75 | 0,15 | 14,88 | 64,61 |
| Итого за завтрак 2 | | 248.00 | 1.15 | 0.55 | 24.68 | 111.61 |
| На весь день | Соль йодированная | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за на весь день | | 2.00 | | | | |
| Обед | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 60 | 1,05 | 9,92 | 7,71 | 124,32 |
| | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ | 200 | 3,52 | 4,05 | 8,88 | 97,52 |
| | ГОВЯДИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ | 200 | 12,61 | 12,13 | 6,17 | 202,21 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 51 | 2,76 | 0,39 | 21,91 | 96,74 |
| | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 200 | 0,11 | 0 | 10,56 | 42,94 |
| Итого за обед | | 711.00 | 20.05 | 26.49 | 55.23 | 563.73 |
| Полдник | МОЛОКО | 199 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 104,8 |
| | ПЕЧЕНЬЕ | 40 | 0,04 | 0 | 31,76 | 128,4 |
| Итого за полдник | | 239.00 | 5.64 | 4.90 | 41.06 | 233.20 |
| Ужин 1 | ПУДИНГ МАННЫЙ С ЯБЛОКАМИ | 149 | 4,35 | 5 | 33,02 | 179,93 |
| | СОУС СМЕТАННЫЙ | 49 | 0,61 | 2,23 | 2,31 | 39,03 |
| | БАТОН | 40 | 2,4 | 0,4 | 20,56 | 95,2 |
| | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 200 | 0,12 | 0,03 | 0,04 | 0,91 |
| Итого за ужин 1 | | 438.00 | 7.48 | 7.66 | 55.93 | 315.07 |
| Итого за день | | 2059.00 | 54.84 | 60.97 | 249.76 | 1731.26 |