

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Усцов И. Ю.)  
18.07.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

| Прием пищи            | Наименование блюда                       | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |       |             | Эн.ценно<br>сть |
|-----------------------|------------------------------------------|--------------|------------------|-------|-------------|-----------------|
|                       |                                          |              | Белки            | Жиры  | Угледо<br>ы |                 |
| 21.07.2025            |                                          |              |                  |       |             |                 |
| Завтрак 1             | ЛАПША МОЛОЧНАЯ                           | 199          | 4,7              | 4,9   | 16          | 125,8           |
|                       | БАТОН                                    | 39           | 2,44             | 0,41  | 20,88       | 96,69           |
|                       | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                           | 5            | 0,05             | 4,15  | 0,05        | 37,5            |
|                       | ЧАЙ БЕЗ САХАРА                           | 200          | 0,13             | 0,03  | 0,04        | 1,01            |
|                       | СЫР ПОРЦИЯМИ                             | 15           | 3,47             | 4,47  | 0           | 54,77           |
| Итого за завтрак 1    |                                          | 458.00       | 10.79            | 13.96 | 36.97       | 315.77          |
| Завтрак 2             | СОК                                      | 146.00       | 0.75             | 0.15  | 14.77       | 64.21           |
| Итого за завтрак 2    |                                          | 146.00       | 0.75             | 0.15  | 14.77       | 64.21           |
| На весь день          | Соль йодированная                        | 3            | 0                | 0     | 0           | 0               |
| Итого за на весь день |                                          | 3.00         |                  |       |             |                 |
| Обед                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                          | 60           | 0,89             | 3,09  | 4,09        | 49,79           |
|                       | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ              | 200          | 5,12             | 3,6   | 14,88       | 112,8           |
|                       | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА | 200          | 14,9             | 13,7  | 28          | 297,6           |
|                       | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА                 | 200          | 0,38             | 0     | 16,27       | 65,53           |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 51           | 2,86             | 0,41  | 22,64       | 99,96           |
|                       | ПОДЛИВ                                   | 50           | 0,4              | 1,9   | 3,5         | 33,7            |
|                       | Итого за обед                            | 761.00       | 24.55            | 22.70 | 89.38       | 659.38          |
| Полдник               | МОЛОКО                                   | 198          | 5,6              | 4,9   | 9,3         | 104,8           |
|                       | ПРЯНИКИ                                  | 50           | 2,95             | 2,33  | 37,5        | 183             |
| Итого за полдник      |                                          | 248.00       | 8.55             | 7.23  | 46.80       | 287.80          |
| Ужин 1                | СУФЛЕ РЫБНОЕ                             | 79           | 3,66             | 4,1   | 2,7         | 102,35          |
|                       | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ       | 150          | 3,9              | 5,5   | 39,1        | 126,4           |
|                       | ПОДЛИВ                                   | 50           | 0,4              | 1,9   | 3,5         | 33,7            |
|                       | БАТОН                                    | 39           | 2,41             | 0,4   | 20,64       | 95,55           |
|                       | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА              | 200          | 0,51             | 0     | 13,2        | 56,3            |
| Итого за ужин 1       |                                          | 518.00       | 10.88            | 11.90 | 79.14       | 414.30          |
| Итого за день         |                                          | 2134.00      | 55.52            | 55.94 | 267.06      | 1741.46         |