

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Вычугжанина С.Н.)
31.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
31.07.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	26	1,48	0,25	12,64	58,54
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		809.00	13.42	18.08	100.55	618.04
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	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,5	4,09	1,5	45,5
	СУП `ВОЛНА` С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	4,03	6,11	18,13	186,6
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	85	10,8	15,33	0	190,25
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	176	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		951.00	22.20	32.49	105.56	860.39
Полдник	КЕФИР	199	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
	БАТОН	21	1,22	0,2	10,45	48,37
Итого за полдник		450.00	7.37	0.43	42.30	207.62
Ужин 1	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ И КАРТОФЕЛЕМ	200	23,79	13,6	24,95	316,81
	БАТОН	37	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		647.00	35.77	19.22	67.20	621.09
Итого за день		3060.00	79.76	70.42	335.41	2393.14

Исполнитель: Мед.сестра _____ (Бабинцева О.А.)
Повар: _____ (Плотникова Н.А.)