

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий (Южанин)  
 29.07.2025



Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
30.07.2025					
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	180	5,48	5,16	22,53
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13
Итого за завтрак 1		390.00	9.91	11.99	49.56
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,8
	СОК (фруктовый/овощной)	203	1	0,2	19,8
Итого за завтрак 2		298.00	1.40	0.60	29.60
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день		3.00			
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,1	4,5
	СУП ОВОЩНОЙ	199	2,4	3,36	8,16
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	12,46	11,31	17,26
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,68	0,24	13,32
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
Итого за обед		693.00	19.04	19.26	65.79
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	69	4,63	9,57	30,11
Итого за полдник		269.00	10.23	14.47	39.41
Ужин 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3
	ОМЛЕТ	149	8,63	10,13	5,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,68	0,24	13,32
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04
Итого за ужин 1		450.00	13.22	10.85	38.78
Итого за день		2103.00	53.80	57.17	223.14
Среднее значение за период		2103.00	53.80	57.17	223.14

Исполнитель: Медсестра \_\_\_\_\_ (Курилова Е.И.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Аряева МА)

ча Е.В.)

Эн.ценность
157,06
59,5
37,5
90,63
344.69
47
86
133.00
0
58,9
72,8
230
58,8
59,5
38,7
518.70
104,8
243
347.80
14,4
164,13
58,8
83,3
0,82
321.45
1665.64
1665.64