

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Южанина Е.В.)
12.05.2025



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.05.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	199	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	179	0,8	1	11,41	44,06
Итого за завтрак 1		416.00	9.80	11.02	46.26	310.03
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 ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	60	3	4,5	4,12	69
	ЩИ	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	70	6,9	6,9	2,79	119
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,23	0,18	9,77	43,12
	БАТОН	29	1,74	0,29	14,91	69,02
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		711.00	19.27	20.74	88.81	538.89
Полдник	КЕФИР	178	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	26	1,53	1,21	19,5	95,16
Итого за полдник		204.00	7.52	1.41	27.49	157.10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,18	133,07
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	119	2,53	3,13	11,38	101,69
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	68	3,19	3,57	2,35	89,23
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		457.00	10.26	18.54	40.38	419.57
Итого за день		1991.00	47.85	51.91	222.74	1511.59