



УТВЕРЖДАЮ

И.о. заведующего (Фоминых Е.В.)

24.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.06.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С	199	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	9	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	179	0,8	1	11,41	44,06
Итого за завтрак 1		412.00	10.69	12.34	46.61	326.58
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		300.00	1.40	0.60	29.60	133.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	60	0,89	3,9	4	56,79
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,65	5,19	10,76	102,8
	КУРИНАЯ ПОДЛИВА	72	14,14	11,4	3,63	173,25
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,17	0,07	12,94	52,48
Итого за обед		720.00	26.85	26.76	93.14	641.16
Полдник	СНЕЖОК	193	5,6	5	22	154
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		223.00	5.63	5.00	45.82	250.30
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый	38	1,2	0,13	2,67	16
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	17,47	14,36	7,35	228,56
	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		480.00	23.56	18.65	46.74	467.47
Итого за день		2138.00	68.13	63.35	261.91	1818.51
Среднее значение за период		2138.00	68.13	63.35	261.91	1818.51