УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Халявина И. В.)

03.07.2025

Меню приготавливаемых блюд. Категория: Сад Гуменюк М.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
04.07.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		827.00	21.75	25.09	101.01	719.58
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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,1	4,5	58,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,17	5,54	8,54	119,82
	МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ С РИСОМ	150	2,34	9,66	20,43	176,34
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	6,96	0,35	0,46	44,54
	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	30	0,12	1,14	1,08	16,02
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,93	0,35	14,18	68,6
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,51	0	13,2	56,3
Итого за обед		1033.00	31.93	31.14	74.79	765.42
Полдник	МОЛОКО	189	5,6	4,9	9,3	104,8
Итого за полдник			5.63	4.90	33.12	201.10
Ужин 1	САЛАТ 'ЗИМНИЙ'	60	1,6	3,6	6,9	65,2
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	190	23,72	9,65	26,11	286,05
	СОУС МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ	50	1,3	4,73	5,13	68,27
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		515.00	28.83	18.36	56.17	503.64
Итого за день		2808.00	89.14	79.69	284.89	2275.74

Исполнитель: Кладовщик

(Ветошкина Е. В.)