

УТВЕРЖДАЮ

И. о. заведующего _____ (Шатунова Н. А.)

Меню приготавливаемых блюд. Категория: **Сад Пыхтеева В.**

11.03.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.03.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		790,00	20,25	20,59	117,35	734,09
Завтрак 2	ЯБЛОКО	170	0,68	0,68	16,59	79,58
Итого за завтрак 2		170	0,68	0,68	16,59	79,58
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		729,00	22,78	35,92	58,03	646,28
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за полдник		480,00	12,03	14,77	63,63	454,50
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1,05	9,92	7,71	124,32
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	80	4,02	28,65	0	245,51
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	30	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		677,00	21,18	53,89	81,52	881,23
Итого за день		2828,00	76,92	125,85	337,12	2795,68

Исполнитель: Кладовщик _____ (Ветошкина Е. В.)

УТВЕРЖДАЮ

И. о. заведующего _____ (Шатунова Н. А.)

Меню приготавливаемых блюд. Категория: **Сад Мамаева М.**

11.03.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.03.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	9,41	7,76	54,92	326,58
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		790.00	20.25	20.59	117.35	734.09
Завтрак 2	ЯБЛОКО	170	0,68	0,68	16,59	79,58
Итого за завтрак 2		170	0,68	0,68	16,59	79,58
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02	7,81	3,35	92,79
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		729.00	22.78	35.92	58.03	646.28
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	70	4,63	9,57	30,11	243
Итого за полдник		480.00	12.03	14.77	63.63	454.50
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1,05	9,92	7,71	124,32
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	80	4,02	28,65	0	245,51
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	30	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		677.00	21.18	53.89	81.52	881.23
Итого за день		2828.00	76.92	125.85	337.12	2795.68

Исполнитель: Кладовщик _____ (Ветошкина Е. В.)