

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Халявина И. В.)
12.03.2025

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

12.03.2025						
Меню приготавливаемых блюд. Категория: Сад Пыхтеева В.						
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.03.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	143	12,28	11,2	19,3	242,03
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,36	1,32	1,37	23,1
	БАТОН	37	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
		395,00	14,90	17,05	38,75	386,75
Итого за завтрак 1						
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 'ЗДОРОВЬЕ'	60	0,96	2,04	4,08	37,2
	СВЕКОЛЬНИК	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	80	10,8	15,33	0	190,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		767,00	23,35	31,77	80,46	647,16
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за полдник		432,00	9,56	1,90	54,71	278,44
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38,02
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	80	4,02	28,65	0	245,51
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за ужин 1		608,00	26,58	67,16	54,26	880,18
Итого за день		2354,00	75,07	118,56	244,77	2272,11

Исполнитель: Кладовщик _____ (Ветошкина Е. В.)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Халявина И. В.)

12.03.2025

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

Меню приготовления блюд. Категория: Сад Мамаева М.			12.03.2025			
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.03.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	143	12,28	11,2	19,3	242,03
	БАТОН	37	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
		395,00	14,90	17,05	38,75	386,75
Итого за завтрак 1						
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 'ЗДОРОВЬЕ'	60	0,96	2,04	4,08	37,2
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	80	10,8	15,33	0	190,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		767,00	23,35	31,77	80,46	647,16
Полдник	КЕФИР	192	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		432,00	9,56	1,90	54,71	278,44
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38,02
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	80	4,02	28,65	0	245,51
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за ужин 1		608,00	26,58	67,16	54,26	880,18
Итого за день		2354,00	75,07	118,56	244,77	2272,11

Исполнитель: Кладовщик _____ (Ветошкина Е. В.)