

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий (Халявина И. В.)

27.03.2025

Меню приготавливаемых блюд. Категория: **Сад Серенко К.**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>31.03.2025</b>						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	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		830,00	25,93	28,46	121,86	849,67
Завтрак 2	ЯБЛОКО	170	0,68	0,68	16,59	79,58
Итого за завтрак 2			1,68	0,88	36,39	165,58
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,16	3,44	13,44	93,6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	5,63	20,8	6,51	227,63
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
Итого за обед		890,00	17,47	36,72	97,48	788,07
Полдник	МОЛОКО	192	5,6	4,9	9,3	104,8
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		452,00	10,60	7,86	59,24	357,79
Ужин 1	СУФЛЕ ИЗ МОРКОВИ С ТВОРОГОМ ПАРОВОЕ	200	10,82	14,98	14,37	239,28
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	БАТОН	31	4	0,5	24,6	119
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		661,00	19,53	29,12	109,67	785,33
Итого за день		3185,00	75,21	103,04	424,64	2946,44

Исполнитель: Кладовщик (Ветошкина Е. В.)

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>31.03.2025</b>						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	7,84	7,84	44,81	280,39
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		830,00	25,93	28,46	121,86	849,67
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2			1,68	0,88	36,39	165,58
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,16	3,44	13,44	93,6
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	5,63	20,8	6,51	227,63
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
Итого за обед		890,00	17,47	36,72	97,48	788,07
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		452,00	10,60	7,86	59,24	357,79
Ужин 1	СУФЛЕ ИЗ МОРКОВИ С ТВОРОГОМ ПАРОВОЕ	200	10,82	14,98	14,37	239,28
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	БАТОН	31	4	0,5	24,6	119
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		661,00	19,53	29,12	109,67	785,33
Итого за день		3185,00	75,21	103,04	424,64	2946,44

Исполнитель: Кладовщик \_\_\_\_\_ (Ветошкина Е. В.)

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>31.03.2025</b>						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	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		830,00	25,93	28,46	121,86	849,67
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2			1,68	0,88	36,39	165,58
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,16	3,44	13,44	93,6
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	5,63	20,8	6,51	227,63
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
Итого за обед		890,00	17,47	36,72	97,48	788,07
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за полдник		452,00	10,60	7,86	59,24	357,79
Ужин	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ИЗЮМОМ	200	4,4	13,61	66,06	406,33
	БАТОН	31	4	0,5	24,6	119
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		661,00	19,53	29,12	109,67	785,33
Итого за день		3185,00	75,21	103,04	424,64	2946,44

Исполнитель: Кладовщик \_\_\_\_\_ (Ветошкина Е. В.)