

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий \_\_\_\_\_ (Мальцева Е. А.)  
 11.03.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

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	45	2,7	0,45	23,09	107,1
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	14	3,59	4,64	0	56,81
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		464.00	15.63	17.67	63.87	476.62
Завтрак 2	ЯБЛОКО	117	0,48	0,48	11,7	56,11
Итого за завтрак 2		117.00	0.48	0.48	11.70	56.11
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	56	0,96	3,06	4,62	49,44
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	197	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	199	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	2,76	0,5	20,35	98,5
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,77	43
Итого за обед		701.00	22.05	28.16	63.48	598.29
Полдник	ЙОГУРТ	201	5,83	5,03	22,11	156,78
	БУЛОЧКА `ТВОРОЖНАЯ`	66	6,65	5,47	34,06	220,35
Итого за полдник		267.00	12.48	10.50	56.17	377.13
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	59	0,89	3,9	4	56,79
	ОМЛЕТ	148	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,95	83,3
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,89	1,11	12,68	48,96
Итого за ужин 1		442.00	12.51	15.49	39.76	353.18
Итого за день		1994.00	63.15	72.30	234.98	1861.33