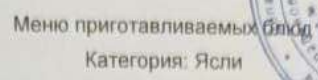


65 Кат
40 Маш
95 Мари
34 Нина
12 Лада
11 Лада
22-44-91



Исполнитель: Диетостра Костикова (Костикова Светлана Сергеевна)
Шеф-повар: Волгирева (Волгирева Евдокия Сергеевна)

52



УТВЕРЖДАЮ
(метелягина пателья
Метельягина)
02.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.06.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	199	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	179	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		409.00	12.29	13.23	48.11	358.40
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ вегет	200	1,76	2,22	10,01	89,56
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	Гуляш с томатом	80	6	6	2,47	164,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		721.00	15.31	16.32	91.27	670.16
Полдник	ЙОГУРТ	193	5,8	5	22	156
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
Итого за полдник		263.00	10.39	13.62	60.82	406.49
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	53	0,48	0	0,96	7,92
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	148	3,17	3,92	14,25	127,33
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	77	17,76	7,28	0	136,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	33	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	178	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		510.00	24.67	11.71	51.15	431.33
Итого за день		2008.00	63.06	55.28	261.15	1913.38
Среднее значение за период		2008.00	63.06	55.28	261.15	1913.38

Исполнитель: Диетсестра Костикова Светлана Сергеевна
Шеф-повар: Волгирева Евдокия Сергеевна