



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий Н.Н.Н. (Онучина Ольга
Николаевна)
14.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад (ДИЕТА № 7)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.05.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	7,84	7,84	44,81	280,39
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 1		410.00	9.27	12.24	64.77	406.10
Завтрак 2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Итого за завтрак 2		180.00	0.46		11.88	50.67
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,48	0	0,96	7,92
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,82	2,67	10,97	83,7
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	70,27	8,07	7,63	11,86	154,68
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,75	0,5	20,25	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
Итого за обед		710.27	17.00	13.09	70.18	480.90
Полдник	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		230.00	0.16	0.03	23.86	97.31
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	150	5,42	8,41	35,66	242,75
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,05	0,55	22,25	107,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за ужин 1		455.00	8.80	8.99	62.55	371.46
Итого за день		1988.27	35.69	34.35	233.24	1406.44

Исполнитель: Калькулятор А.А. (Прозорова Анна Александровна)
Шеф-повар О.В. (Останина Ольга Васильевна)