

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Носова
Н.С.)
25.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углеводы	
26.06.2025						
Завтрак 1	КАША "АССОРТИ"	200	5,1	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87	98,8
	КАША "ДРУЖБА" НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ диета гр.акварельки	180	2,77	5,54	23,4	155,08
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.акварельки, песенка	180	0	0	8,8	35,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ диета гр.акварельки, звездочки	40	2,2	0,4	16,2	78,4
Итого за завтрак 1		830.00	14.52	18.34	102.27	637.18
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО диета гр. Песенка	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		300.00	1.40	0.60	29.60	133.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	1	5,9	4,9	82,8
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	200	6,8	8,4	8,5	147,5
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	147	3,19	3,02	12,42	94,65
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	72	8,28	7,83	12,15	158,48
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,62	0,23	12,88	56,84
	БАТОН	21	1,26	0,21	10,79	49,98
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ диета гр.акварельки, звездочки	200	5,17	5,54	8,54	119,82
	КУРЫ ОТВАРНЫЕ ИЗМЕЛЬЧЁННЫЕ диета гр.акварельки, звездочки	80	17,8	11,33	0	185,72
Итого за обед		989.00	45.30	42.55	84.14	952.94
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	31	1,83	1,45	23,25	113,46
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.акварельки, песенка	200	0	0	9,78	39,21
	ХЛЕБ РЖАНОЙ диета гр.акварельки, звездочки	35	1,93	0,35	14,18	68,6
	ХЛЕБЦЫ диета гр.акварельки, звездочки	18	1,42	0,25	14,74	66,96
Итого за полдник		514.00	12.58	7.25	86.67	464.43
Ужин 1	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	60	0,9	0,06	5,28	25,2
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,52	9,21	34,2	250,62
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРОЙ диета гр.акварельки, звездочки	200	14,35	13,39	17,37	248
Итого за ужин 1		675.00	26.03	23.17	92.79	683.10

Итого за день	3311.00	99.83	91.91	395.47	2870.65
Итого за день без диеты	2078	53,79	54,71	272,66	1826,56