

СОГЛАСОВАНО

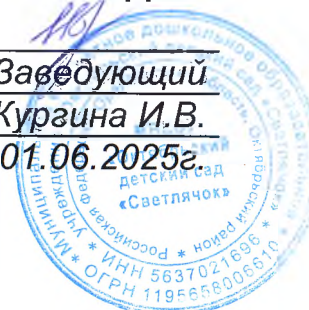
(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
Кургина И.В.
01.06.2025г.



Меню приготавливаемых блюд

Возраст
ная
категор
ия: Если

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	130	11,71	15,48	3,04	198,64	110
	Какао с молоком (2 вариант)	150	3,66	3,95	17,70	119,64	249
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,24	35,25	701
	Масло сливочное	4	0,03	2,90	0,05	26,44	703
	Сыр (порциями)	5	1,16	1,48	0,00	18	7
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		304	17,75	23,96	28,03	397,97	
10:00	Соки овощные, фруктовые и ягодные	75	7,50	0,75	21,75	123,75	389
ИТОГО ЗА 10:00		75	7,50	0,75	21,75	123,75	
ОБЕД	Салат из свежих помидоров	30	0,30	3,05	1,38	34,18	18
	Щи из свежей капусты с картофелем	150	9,33	8,30	5,64	135,02	56
	Плов из отварной говядины	150	14,15	11,05	41,03	320,22	163
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	26,1	700
	Кисель из плодового или ягодного концентрата	150	0,00	0,00	3,00	11,37	233
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,24	35,25	701
ИТОГО ЗА ОБЕД		510	25,96	22,73	63,30	562,14	
ПОЛДНИК	Сырники из творога (с повидлом)	50	8,40	4,64	7,98	106,81	129
	Кисломолочные продукты (витаминизированные) (йогурт)	150	4,50	0,08	6,00	60	4
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	12,90	4,72	13,98	166,81	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1089	64,11	52,16	127,06	1250,67	