

# МЕНЮ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД

ДЕНЬ № 7

На 16.07.2025 г.

## ЗАВТРАК

| Наименование<br>блюда       | Вес<br>блюда | Пищевые вещества       |                         |                         | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептур<br>ы |
|-----------------------------|--------------|------------------------|-------------------------|-------------------------|----------------------------|--------------------|
|                             |              | белки                  | жиры                    | углевод                 |                            |                    |
| Каша вязкая молочная манная | 180/200      | 3.95/<br>4.52          | 4.6/<br>5.07            | 26.64/<br>30.57         | 163.7/<br>177              | 182                |
| Чай с сахаром               | 150/180      | 0.05/<br>0.06          | 0.017/0.0<br>2          | 7.88/<br>9.46           | 31.57<br>/37.89            | 411                |
| Бутерброд с маслом          | 25/40        | 3.61/<br>5.34          | 4.56/6.7<br>6           | 10.47/15.<br>51         | 97.2/<br>144               | 1                  |
| <b>ИТОГО</b>                |              | <b>9.95/<br/>13.29</b> | <b>11.73/<br/>15.60</b> | <b>49.32/<br/>64.42</b> | <b>336.17/<br/>442.44</b>  |                    |

## ОБЕД

| Наименование<br>блюда        | Вес<br>блюда | Пищевые вещества        |                         |                          | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептур |
|------------------------------|--------------|-------------------------|-------------------------|--------------------------|----------------------------|---------------|
|                              |              | белки                   | жиры                    | углевод                  |                            |               |
| Борщ с капустой и картофелем | 150/200      | 1.02/<br>1.36           | 2.89/<br>3.8            | 4.01/<br>5.34            | 46.2/<br>61.6              | 63            |
| Котлеты рыбные               | 60/70        | 7.98/<br>9.26           | 4.72/<br>5.66           | 3.12/<br>3.64            | 87/<br>102.3               | 271           |
| Картофель отварной           | 120/150      | 2.32/<br>2.9            | 3.52/<br>4.4            | 1.66/<br>2.08            | 116.8/<br>146              | 336           |
| Соус томатный                | 30/40        | 0.35/<br>0.46           | 1.26/<br>1.68           | 2.4/<br>3.21             | 22.35/<br>29.8             | 366           |
| Компот из сухофруктов        | 150/180      | 0.4/<br>0.5             | 0/0                     | 23.5/<br>28.2            | 93/<br>111.6               | 394           |
| Хлеб пшеничный               | 20/40        | 2.37/<br>3.95           | 0.3/<br>0.5             | 14.49/24<br>.15          | 71/<br>118                 |               |
| Хлеб ржаной                  | 20/40        | 1.98<br>/3.3            | 0.36/<br>0.6            | 10.02<br>/16.7           | 52/<br>87                  |               |
| <b>ИТОГО:</b>                |              | <b>14.97/<br/>23.72</b> | <b>13.31/<br/>18.07</b> | <b>78.03/<br/>124.13</b> | <b>489.87/<br/>758.3</b>   |               |

## Полдник

| Наименование<br>блюда         | Вес<br>блюда | Пищевые вещества        |                         |                           | Энергетическая<br>ценность  | №<br>рецептур |
|-------------------------------|--------------|-------------------------|-------------------------|---------------------------|-----------------------------|---------------|
|                               |              | белки                   | жиры                    | углевод                   |                             |               |
| Булочка домашняя              | 50/70        | 3.64/<br>5.1            | 6.26/<br>8.76           | 26.96/<br>37.74           | 178/249.2                   | 452           |
| Кофейный напиток с молоком    | 150/180      | 2.37/<br>2.85           | 2.01/<br>2.41           | 11.97/<br>14.36           | 75.83/<br>91                | 414           |
| <b>ИТОГО</b>                  |              | <b>7.99/<br/>10.32</b>  | <b>10.01/<br/>13.26</b> | <b>33.26/<br/>45.3</b>    | <b>253/<br/>341.2</b>       |               |
| <b>Итого за седьмой день</b>  |              | <b>33.66/<br/>48.23</b> | <b>35.05/<br/>46.93</b> | <b>175.76/<br/>252.03</b> | <b>1143.04/<br/>1617.94</b> |               |
| <b>Стоимость седьмого дня</b> |              | <b>133.38 рубля</b>     |                         |                           |                             |               |

Заведующий МКДОУ №5  
Повар  
Кладовщик

Морозова Г.М.  
Кротова Н.И.  
Дронова О.В.

