



Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.01.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	161	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	18	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	171	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		355.00	9.45	12.00	44.60	323.50
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	52	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	194	3,68	4,16	16,64	119,2
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	149	2,71	2,9	15,22	98,98
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	77	5,63	20,8	6,51	227,63
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	Итого за обед		680.00	16.02	34.24	70.31
Полдник	МОЛОКО	141	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,87	30	146,4
Итого за полдник		181.00	7.96	6.77	39.30	251.20
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	125	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	42	1,3	5,52	5,42	77,15
	БАТОН	27	2,23	0,37	19,1	88,63
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		374.00	16.52	17.67	44.81	420.48
Итого за день		1795.00	50.95	70.88	218.82	1724.12

Исполнитель: \_\_\_\_\_  
Шеф-повар: \_\_\_\_\_