

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий *М.М.Монд*
 13.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	углево ды	
14.01.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	184	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО НА МОЛОКЕ	158	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		370.00	9.34	13.51	48.16	348.43
Завтрак 2	ЯБЛОКО	72	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		72.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,89	3,09	4,09	49,79
	ЩИ	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,11	3,96	32,35	177,1
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	77	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	177	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		692.00	20.59	20.37	79.80	590.19
Полдник	КЕФИР	182	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		212.00	6.02	0.20	31.81	158.24
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	148	3,17	3,92	14,25	127,33
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	76	15,14	31,82	0,89	334,57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	33	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		456.00	21.64	36.28	41.97	585.22
Итого за день		1807.00	57.99	70.76	211.54	1729.08

Исполнитель: _____ ()
 Шеф-повар: _____ ()