

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий

16.05.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	углево ды	
17.05.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	184	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	20	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	187	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		396.00	10.14	14.32	50.95	373.25
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 ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38,02
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	194	6,8	8,4	8,5	147,5
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	148	3,17	3,92	14,25	127,33
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	76	5,83	17,37	9,03	212,46
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		719.00	18.41	34.14	60.06	643.03
Полдник	МОЛОКО	174	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	61	3,75	1,41	53,52	200,71
Итого за полдник		235.00	9.35	6.31	62.82	305.51
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	60	1,1	5,3	4,6	71,4
	ОМЛЕТ	132	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	28	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	173	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		424.00	14.31	17.02	52.45	421.69
Итого за день		1979.00	53.21	71.99	246.08	1829.48

Исполнитель: \_\_\_\_\_ ()  
Шеф-повар: \_\_\_\_\_ ()