УТВЕРЖДАЮ

Заведующий_____(Астахова мария Юрьевна)

15.05.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.05.2024						
Завтрак 1	КАША `АССОРТИ`	195	5,09	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	21	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	7	0,07	5,81	0,07	52,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,6	2,24	13,34	88,67
Итого за завтрак 1		402	9.67	13.80	52.34	379.26
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	95	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		95.00	0.89	0.20	8.10	43.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	57	1,73	3,71	4,81	59,58
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,66	96,58
	ЗРАЗЫ	78	5,88	17,52	9,1	214,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,12	0,2	8,24	39,9
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		683.00	14.86	26.80	59.87	542.66
Полдник	ЙОГУРТ	197	5,79	4,99	21,96	155,74
	ПРЯНИКИ	31	1,77	1,4	22,43	109,48
	БАТОН	17	1,64	0,23	10,08	48,83
Итого за полдник		245.00	9.20	6.62	54.47	314.05
Ужин 1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	58	0,8	4	3,4	57
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	178	7,51	9,2	34,19	250,61
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,62	0,29	11,94	57,77
	БАТОН	24	2,39	0,34	14,74	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,13	36,66
Итого за ужин 1		465.00	12.36	13.83	73.40	473.44
Итого за день		1891.00	46.98	61.25	248.18	1752.41
Среднее значение за период		1891.00	46.98	61.25	248.18	1752.41

Исполнитель: Заведующий складом_____(Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар:_____(Мусинова Ирина Олеговна)