

заведующий Юльевна (Астахова Мария)

04.10.2024

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
07.10.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,86	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	34	2,71	0,35	18,18	92,78
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	176	2,87	2,42	14,1	90,42
Итого за завтрак 1		409.00	10.49	12.22	57.89	389.66
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.79	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ `ДАЧНЫЙ`	56	0,91	2,72	26,53	53,37
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	АЗУ	197	14,98	15,78	22,9	256,14
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	2,77	0,5	20,39	98,7
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		680.00	23.78	22.60	94.40	559.71
Полдник	МОЛОКО	192	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА `ВЕСНУШКА`	59	4,31	3,59	32,56	181,96
Итого за полдник		251.00	9.91	8.49	41.86	286.76
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,69	3	5,69	53,09
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	149	12,88	11,74	20,25	272,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	35	2,81	0,37	18,9	96,52
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		474.00	17.10	17.34	50.98	477.40
Итого за день		2017.00	62.28	60.85	264.92	1799.53
Среднее значение за период		2017.00	62.28	60.85	264.92	1799.53

Исполнитель: Заведующий складом \_\_\_\_\_ (Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Мусинова Ирина Олеговна)