

заведующий _____ (Астахова Мария)

Юльевна)
15.11.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
18.11.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	159	4,53	4,22	26,05	159,98
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)	20	2,54	2,29	0,15	31,5
	БАТОН	35	2,67	0,35	17,96	91,69
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,12	90,58
Итого за завтрак 1		398.00	12.67	13.44	58.33	411.25
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	4	0	0	0	0
Итого за на весь день		4.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,09	4,5	58,9
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	197	1,83	3,73	7,29	78,41
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,17	3,92	14,27	127,54
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	78	7,96	7,96	3,21	137,17
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,75	0,5	20,25	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		703.00	16.71	20.20	59.22	538.72
Полдник	МОЛОКО	198	5,6	4,9	9,3	104,8
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	3,84	3,19	30,86	175,55
Итого за полдник		258.00	9.44	8.09	40.16	280.35
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,89	3,02	11,19	76,41
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	142	14,64	14,08	21,58	285,51
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	27	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		446.00	20.43	19.90	66.31	466.50
Итого за день		2009.00	60.25	61.83	243.81	1782.82
Среднее значение за период		2009.00	60.25	61.83	243.81	1782.82

Исполнитель: Заведующий складом _____ (Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар: _____ (Мусинова Ирина Олеговна)