



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.05.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	198	6,4	6,4	31	207
	БАТОН	34	2,71	0,35	18,18	92,78
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	7	0,08	6,23	0,08	56,25
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		437.00	12.39	15.68	64.96	456.73
Завтрак 2	ЯБЛОКО	114	0,44	0,44	10,74	51,52
Итого за завтрак 2		114.00	0.44	0.44	10.74	51.52
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	59	2,82	11,6	4,18	133,07
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	190	2,16	3,44	13,44	93,6
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	149	3,9	5,5	39,1	126,4
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	79	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,08	0,2	7,96	38,52
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		675.00	17.85	28.63	77.57	566.29
Полдник	МОЛОКО	198	5,6	4,9	9,3	104,8
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		246.00	8.80	7.56	35.02	251.09
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,4	0	0,8	6,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,04	0,04	0,91
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	188	2,86	4,23	13,54	115,45
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,68	0,31	12,36	59,83
	БАТОН	33	2,79	0,4	17,2	83,3
Итого за ужин 1		470.00	7.85	4.98	43.94	266.09
Итого за день		1947.00	47.33	57.29	232.23	1591.72
Среднее значение за период		1947.00	47.33	57.29	232.23	1591.72

Исполнитель: Заведующий складом _____ (Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар: _____ (Мусинова Ирина Олеговна)