

заведующий _____ (Истахова Мария Юльевна)
07.10.2024



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
08.10.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	196	4,95	6	21,74	161,83
	БАТОН	24	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	177	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		402.00	9.52	12.65	48.00	353.74
Завтрак 2	ЯБЛОКО	110	0,44	0,44	10,78	51,7
Итого за завтрак 2		110.00	0.44	0.44	10.78	51.70
На весь день	Соль йодированная	4	0	0	0	0
Итого за на весь день		4.00				
Обед	САЛАТ `ДЕРЕВЕНСКИЙ`	59	2,52	5,52	3,42	73,2
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	199	3,52	4,05	8,88	97,52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	78	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	180	0	0	16,43	58,44
Итого за обед		696.00	22.67	24.04	84.11	655.31
Полдник	КЕФИР	192	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	БАТОН	29	2,29	0,3	15,39	78,59
Итого за полдник		251.00	10.05	1.90	45.88	250.33
Ужин 1	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	60	0,9	0,06	5,28	25,2
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	131,85
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	78	3,66	4,1	2,69	102,34
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	23	1,94	0,28	11,99	58,06
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		511.00	10.71	8.80	64.86	393.43
Итого за день		1974.00	53.39	47.83	253.63	1704.51
Среднее значение за период		1974.00	53.39	47.83	253.63	1704.51

Исполнитель: Заведующий складом _____ (Огнева Ольга Леонидовна)
Шеф-повар: _____ (Мусинова Ирина Олеговна)

