

УТВЕРЖДАЮ
 заведующий (Астахова Мария Юльевна)
 02.10.2024



Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.10.2024						
Завтрак 1	КАША `АССОРТИ`	199	5,09	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	21	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за завтрак 1		405.00	7.05	9.90	47.78	310.88
Завтрак 2	ЯБЛОКО	122	0,44	0,44	10,77	51,66
Итого за завтрак 2		122.00	0.44	0.44	10.77	51.66
На весь день	Соль йодированная	4	0	0	0	0
Итого за на весь день		4.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	61	0,79	2,98	6,25	56,05
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	194	5,15	5,53	8,52	119,55
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	147	4,21	5,59	30,45	113,53
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	75	9,19	8,69	13,5	176,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		685.00	21.09	23.09	80.37	562.68
Полдник	ЙОГУРТ	197	5,83	5,03	22,11	156,8
	ПРЯНИКИ	38	1,76	1,4	22,39	109,28
	БАТОН	21	1,92	0,25	12,93	66,02
Итого за полдник		256.00	9.51	6.68	57.43	332.10
Ужин 1	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	60	0,9	0,06	5,28	25,2
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,17	3,92	14,27	127,54
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	77	7,1	1,6	3,9	77,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	20	1,92	0,28	11,86	57,45
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		504.00	14.23	6.06	52.56	363.57
Итого за день		1976.00	52.32	46.17	248.91	1620.89
Среднее значение за период		1976.00	52.32	46.17	248.91	1620.89

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