



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
04.10.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	199	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	24	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		407.00	10.23	14.05	49.36	369.17
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 КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	54	0,8	3,9	4	55,2
	СУП "ВОЛНА" С МЯСОМ ПТИЦЫ	181	4,06	6,15	18,23	187,64
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,16	3,91	14,25	127,33
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	76	5,93	17,68	9,19	216,26
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,65	0,3	12,15	58,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за обед		644.00	15.72	31.97	57.86	646.14
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	МАРМЕЛАД	16	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН	29	2,29	0,3	15,39	78,59
Итого за полдник		245.00	7.91	5.20	40.57	247.59
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	46	0,4	0	0,8	6,56
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	170	2,74	4,04	12,94	110,32
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	14	1,05	0,19	7,73	37,42
	БАТОН	24	1,97	0,28	12,14	58,8
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	СЫР ПОРЦИЯМИ	14	2,83	3,65	0	44,73
Итого за ужин 1		448.00	9.79	9.16	45.02	301.89
Итого за день		1948.00	44.65	60.58	212.60	1650.79
Среднее значение за период		1948.00	44.65	60.58	212.60	1650.79

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

