УТВЕРЖДАЮ

Заведующий_____(Астахова Мария Юльевна)

22.10.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.10.2024						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	198	6,24	6,1	29,55	158,64
	БАТОН	34	2,71	0,35	18,18	92,78
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	198	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		435.00	12.20	13.30	63.48	389.62
Завтрак 2	ЯБЛОКО	93	0,44	0,44	10,85	52,04
Итого за завтрак 2		93.00	0.44	0.44	10.85	52.04
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,09	4,5	58,9
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	201	7,76	3,84	10,48	111,2
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,16
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	80	9,93	13,86	1,09	221,11
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		697.00	23.26	27.01	52.92	629.87
Полдник	МОЛОКО	197	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	3,93	7,39	33,27	214,71
Итого за полдник		257.00	9.53	12.29	42.57	319.51
Ужин 1	САЛАТ `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	54	2,14	6,05	4,66	81,18
	ОМЛЕТ	147	11,78	13,59	4,8	187,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1,08	0,2	7,94	38,45
	БАТОН	34	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		432.00	17.91	20.27	34.64	391.34
Итого за день		1919.00	63.34	73.31	204.46	1782.38
Среднее значение за период		1919.00	63.34	73.31	204.46	1782.38

Исполнитель: Заведующий складом_____(Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар:_____(Мусинова Ирина Олеговна)