

заведующий _____ (Астахова Мария
Гильяна)

УТВЕРЖДАЮ

23.10.2024



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.10.2024						
Завтрак 1	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	6,26	7,67	28,49	208,84
	БАТОН	28	2,44	0,35	15,05	72,89
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	179	0,8	1	11,41	44,04
Итого за завтрак 1		362.00	9.55	13.17	55.00	363.27
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	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ 'ОСЕННИЙ'	60	1,07	3,17	7,55	63,06
	СУП 'ВОЛНА' С МЯСОМ ПТИЦЫ	199	4,03	6,11	18,13	186,6
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,66	96,58
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	82	10,8	15,33	0	190,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,65	0,24	11,94	57,91
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	180	0	0	14,49	58,32
Итого за обед		697.00	20.80	27.93	64.77	652.72
Полдник	ЙОГУРТ	199	5,81	5,01	22,04	156,26
	ПРЯНИКИ	37	1,77	1,4	22,44	109,53
	БАТОН	18	1,47	0,19	9,89	50,52
Итого за полдник		254.00	9.05	6.60	54.37	316.31
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ	60	1,8	0,2	4	24
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,16	3,91	14,25	127,33
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	77	7,1	1,6	3,9	77,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1,08	0,2	7,94	38,45
	БАТОН	22	1,87	0,24	12,54	64,04
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		505.00	15.13	6.18	42.67	332.13
Итого за день		2023.00	55.53	54.08	236.60	1750.43
Среднее значение за период		2023.00	55.53	54.08	236.60	1750.43

Исполнитель: Заведующий складом _____ (Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар: _____ (Мусинова Ирина Олеговна)