



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
31.10.2024						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	199	5,09	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	20	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		404.00	7.05	9.90	47.78	310.88
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		95.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	4	0	0	0	0
Итого за на весь день		4.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	59	1	5,9	4,9	82,8
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,12	4,08	8,08	84
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,66	96,58
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	77	9,19	8,69	13,5	176,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		695.00	18.21	22.05	60.99	536.98
Полдник	ЙОГУРТ	188	5,8	5	22	156
	ПЕЧЕНЬЕ	13	0,01	0	11,47	46,37
	БАТОН	24	2,39	0,34	14,74	71,4
Итого за полдник		225.00	8.20	5.34	48.21	273.77
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	48	0,4	0	0,81	6,67
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	138	2,95	3,65	13,29	118,73
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	79	15,65	10,19	8,38	187,48
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	19	1,96	0,28	12,1	58,62
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	179	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		482.00	22.18	14.35	42.72	411.61
Итого за день		1905.00	56.04	52.04	209.50	1580.24
Среднее значение за период		1905.00	56.04	52.04	209.50	1580.24

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