

заведующий

УТВЕРЖДАЮ

(Астахова Мария)

Купчина

17.09.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
18.09.2024						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	31	2,69	0,35	18,08	92,28
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	7	0,05	4,15	0,05	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	178	2,89	2,44	14,19	90,99
Итого за завтрак 1		424.00	13.33	15.71	48.32	394.04
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	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,49	0	0,98	8,08
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,06	8,88	97,58
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,16
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	77	9,89	23,25	10,14	277,11
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ЯБЛОЧНЫЙ	179	0,09	0,09	23,72	97,05
Итого за обед		682.00	18.56	32.62	70.87	679.78
Полдник	МОЛОКО	195	5,6	4,9	9,3	104,8
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	59	3,85	3,2	30,97	176,15
Итого за полдник		254.00	9.45	8.10	40.27	280.95
Ужин 1	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ порция	45	1,32	0,24	6,7	34,8
	ОМЛЕТ	150	11,78	13,59	4,8	187,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1,07	0,19	7,88	38,14
	БАТОН	31	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за ужин 1		435.00	17.09	14.45	36.62	344.75
Итого за день		1999.00	59.43	71.08	215.87	1785.52
Среднее значение за период		1999.00	59.43	71.08	215.87	1785.52

Исполнитель: Заведующий складом _____ (Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар: _____ (Мусинова Ирина Олеговна)