

заведующий \_\_\_\_\_ УТВЕРЖДАЮ \_\_\_\_\_  
(Астахова Мария Юльевна)

18.09.2024

МКДОУ  
№91

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.09.2024						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	200	5,09	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	25	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,6	2,24	13,35	88,72
Итого за завтрак 1		420	9,65	12,14	52,33	364,31
Завтрак 2	ГРУША	133	0,4	0,3	10,3	47
Итого за завтрак 2		133,00	0,40	0,30	10,30	47,00
На весь день	Соль йодированная	4	0	0	0	0
Итого за на весь день		4,00				
Обед	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,17	5,54	8,54	119,82
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	146	3,25	3,08	12,66	96,58
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	80	9,19	8,69	13,5	176,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,65	0,3	12,15	58,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за обед		676,00	21,52	23,69	51,55	533,39
Полдник	ЙОГУРТ	197	5,79	4,99	21,96	155,74
	ПЕЧЕНЬЕ	14	0,01	0	11,91	48,15
	БАТОН	22	2,79	0,4	17,2	83,3
Итого за полдник		233,00	8,59	5,39	51,07	287,19
Ужин 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,53	0	1,47	8,4
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	148	3,07	4,16	27,65	131,85
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	78	15,58	10,15	8,34	186,69
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	14	1,86	0,27	11,47	55,53
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	179	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		495,00	22,18	14,78	66,18	458,45
Итого за день		1931,00	62,34	56,30	231,43	1690,34
Среднее значение за период		1931,00	62,34	56,30	231,43	1690,34

Исполнитель: Заведующий складом \_\_\_\_\_ (Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Муסיнова Ирина Олеговна)