УТВЕРЖДАЮ
Заведующий_____(Астахова Мария Юрьевна)
10.10.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.10.2024						
Завтрак 1	КАША ОВСЯНАЯ `ГЕРКУЛЕС` ВЯЗКАЯ	198	9,12	11,62	37,79	292,65
	БАТОН	36	2,64	0,35	17,76	90,68
	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		437.00	15.01	18.82	71.30	521.53
Завтрак 2	ЯБЛОКО	89	0,26	0,26	6,32	30,31
	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		289.00	1.26	0.46	26.11	116.31
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	60	1,73	3,71	4,81	59,58
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	78	7,1	1,6	3,9	77,4
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		746.00	17.66	15.30	88.52	488.18
Полдник	МОЛОКО	197	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	14	0,01	0	11,5	46,49
	БАТОН	31	2,26	0,3	15,15	77,34
Итого за полдник		242.00	7.87	5.20	35.95	228.63
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	52	0,49	0	0,98	8,08
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,27	3,35	10,73	91,5
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	78	13,44	4,88	3,56	116
	БАТОН	26	2,02	0,29	12,42	60,16
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,06	0,19	7,81	37,8
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	179	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		503.00	20.08	9.71	46.91	357.60
Итого за день		2222.00	61.88	49.49	268.79	1712.25
Среднее значение за период		2222.00	61.88	49.49	268.79	1712.25

Исполнитель: Заведующий складом_____(Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар:_____(Мусинова Ирина Олеговна)