

заведующий _____ (Астахова Мария)

Купьева)
19.09.2024 №91

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.09.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	23	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	175	2,89	2,44	14,16	90,84
Итого за завтрак 1		396.00	10.24	14.06	49.39	369.38
Завтрак 2	ЯБЛОКО	86	0,36	0,36	8,78	42,1
Итого за завтрак 2		86.00	0.36	0.36	8.78	42.10
На весь день	Соль йодированная	4	0	0	0	0
Итого за на весь день		4.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,5	57,9
	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	195	2,64	3,44	11,44	87,2
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,16	3,91	14,25	127,33
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	71	13,5	4,9	3,58	116,55
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,2	0,4	16,2	78,4
	КОМПОТ ЯБЛОЧНЫЙ	179	0,09	0,09	23,72	97,05
Итого за обед		690.00	22.59	16.74	73.69	564.43
Полдник	МОЛОКО	179	5,3	4,64	8,81	99,26
	МАРМЕЛАД	16	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН	18	1,47	0,19	9,89	50,52
Итого за полдник		213.00	6.79	4.83	34.58	213.98
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	58	0,69	3	5,69	53,09
	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОРКОВЬЮ	172	14,67	13,38	35,57	350,53
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	18	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	31	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		459.00	20.26	19.18	74.80	508.20
Итого за день		1848.00	60.24	55.17	241.24	1698.09
Среднее значение за период		1848.00	60.24	55.17	241.24	1698.09

Исполнитель: Заведующий складом _____ (Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар: _____ (Мусинова Ирина Олеговна)