

УТВЕРЖДАЮ
 заведующий (Астахова Мария Юльевна)
 20.09.2024
 №91

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.09.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	199	4,86	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	25	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		408.00	9.70	12.13	52.57	362.58
Завтрак 2	ЯБЛОКО	90	0,36	0,36	8,82	42,3
Итого за завтрак 2		90.00	0.36	0.36	8.82	42.30
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	50	2,14	6,05	4,66	81,18
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	197	1,83	3,73	7,29	78,41
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	195	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	2,89	0,53	21,26	102,9
	КОМПОТ ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,09	0,09	23,73	97,1
Итого за обед		671.00	17.52	31.16	74.20	655.74
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	58	3,91	7,35	33,11	213,65
Итого за полдник		257.00	9.51	12.25	42.41	318.45
Ужин 1	МОРКОВЬ ПОРЦИЯМИ	49	0,8	0,1	4	20,4
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	158	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	37	2,75	0,36	18,52	94,57
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за ужин 1		494.00	30.43	15.25	54.63	493.39
Итого за день		1923.00	67.52	71.15	232.63	1872.46
Среднее значение за период		1923.00	67.52	71.15	232.63	1872.46

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