

заведующий (Астахова Мария)

УТВЕРЖДАЮ

(Юрченко)
23.09.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.09.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	198	4,95	6	21,74	161,83
	БАТОН	23	1,91	0,25	12,83	65,49
	СЫР ПОРЦИЯМИ	11	3	3,87	0	47,47
	КАКАО С МОЛОКОМ	178	2,61	2,26	13,41	89,12
Итого за завтрак 1		410.00	12.47	12.38	47.98	363.91
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	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	0,66	4	2,94	52,66
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	198	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за обед		698.00	22.53	22.10	73.24	592.52
Полдник	КЕФИР	194	5,99	0,2	7,99	61,94
	МАРМЕЛАД	16	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН	27	2,29	0,3	15,39	78,59
Итого за полдник		237.00	8.30	0.50	39.26	204.73
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	45	0,4	0	0,8	6,6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	147	3,07	4,16	27,65	131,85
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	77	7,1	1,6	3,9	77,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	23	2,01	0,29	12,36	59,87
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	179	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		490.00	13.72	6.25	61.96	351.70
Итого за день		2039.00	58.02	41.43	242.23	1598.86
Среднее значение за период		2039.00	58.02	41.43	242.23	1598.86

Исполнитель: Заведующий складом _____ (Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар: _____ (Мусинова Ирина Олеговна)