

заведующий (Астахова Мария Юльевна)

26.09.2024



Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
27.09.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,95	6	21,74	161,83
	БАТОН	19	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,87	2,43	14,1	90,47
Итого за завтрак 1		400	9,78	12,83	48,72	355,29
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 КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	56	0,68	4,01	3,58	54,48
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	189	3,12	4,08	8,08	84,05
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	149	3,9	5,5	39,1	126,4
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,52	2,75	2,28	92,57
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,33	0,42	17,12	82,85
	КОМПОТ АПЕЛЬСИНОВЫЙ	182	0,18	0	12,88	53,61
Итого за обед		737,00	13,13	18,66	86,54	527,66
Полдник	МОЛОКО	180	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	15	0,01	0	11,91	48,15
	ПАСТИЛА	25	0,1	0	16,16	62
	БАТОН	23	2,51	0,33	16,86	86,07
Итого за полдник		239,00	8,22	5,23	54,23	301,02
Ужин 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	53	0,56	0	1,53	8,73
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	139	2,12	3,13	10,01	85,36
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	73	13,88	5,04	3,68	119,83
	БАТОН	26	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		471,00	19,47	8,60	32,46	298,13
Итого за день		2024,00	51,60	45,52	241,74	1668,10
Среднее значение за период		2024,00	51,60	45,52	241,74	1668,10

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

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