

заведующий (Астахова Мария)

УТВЕРЖДАЮ

Юльевна
27.09.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.09.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	155	4,53	4,22	26,05	159,98
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,09	4,59	0,3	63
	БАТОН	24	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,12	90,58
Итого за завтрак 1		403.00	14.46	15.64	53.35	416.55
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 БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,5	57,9
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	196	2,16	3,44	13,44	93,6
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,16	3,91	14,25	127,33
	ГУЛЯШ	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	2,77	0,5	20,39	98,7
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого за обед		715.00	16.98	19.74	65.47
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	59	4,33	3,61	32,75	183,02
Итого за полдник		258.00	9.93	8.51	42.05	287.82
Ужин 1	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	60	0,59	0,05	8,76	35,64
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	148	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	33	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	178	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		469.00	30.25	15.24	58.07	497.26
Итого за день		2049.00	72.62	59.33	238.73	1839.86
Среднее значение за период		2049.00	72.62	59.33	238.73	1839.86

Исполнитель: Заведующий складом _____ (Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар: _____ (Мусинова Ирина Олеговна)