

заведующий (Астахова Мария)

Юльевна  
15.10.2024



Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.10.2024						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	196	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	36	2,75	0,36	18,48	94,31
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	178	2,88	2,43	14,11	90,53
Итого за завтрак 1		427.00	13.38	15.71	48.64	395.61
Завтрак 2	ГРУША	100	0,39	0,31	10,31	46,99
Итого за завтрак 2		100.00	0.39	0.31	10.31	46.99
На весь день	Соль йодированная	4	0	0	0	0
Итого за на весь день		4.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	193	2,16	3,46	13,5	93,98
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	149	4,22	5,62	30,58	114,02
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	78	13,44	4,88	3,56	116
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	178	0	0	9,72	38,79
	Итого за обед		737.00	22.87	20.16	77.91
Полдник	МОЛОКО	195	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	53	6,06	8,73	28,15	223,73
Итого за полдник		248.00	11.66	13.63	37.45	328.53
Ужин 1	САЛАТ 'ЗДОРОВЬЕ'	57	0,96	2,04	4,08	37,2
	ОМЛЕТ	146	11,78	13,59	4,8	187,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,07	0,19	7,87	38,09
	БАТОН	36	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		438.00	16.72	16.25	33.99	347.00
Итого за день		1954.00	65.02	66.06	208.30	1633.12
Среднее значение за период		1954.00	65.02	66.06	208.30	1633.12

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

