

заведующий _____ (Астахова Мария)



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.10.2024						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	194	5,09	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	21	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за завтрак 1		399.00	7.05	9.90	47.78	310.88
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	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ 'ДАЧНЫЙ'	57	0,9	2,7	26,3	52,89
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	199	5,17	5,55	8,55	119,89
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	149	3,9	5,5	39,1	126,4
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	77	9,19	8,69	13,5	176,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ЯБЛОЧНЫЙ	188	0,09	0,09	23,72	97,05
Итого за обед		695.00	20.90	22.83	123.32	631.13
Полдник	КЕФИР	198	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	13	0,01	0	11,06	44,71
	БАТОН	26	2,42	0,35	14,91	72,19
Итого за полдник		237.00	8.42	0.55	33.96	178.84
Ужин 1	МОРКОВЬ ПОРЦИЯМИ	60	0,8	0,11	4	20,4
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	138	2,88	3,89	25,87	123,36
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	72	7,1	1,6	3,9	77,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	20	1,92	0,28	11,86	57,45
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	179	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		485.00	13.84	6.08	62.88	354.59
Итого за день		2018.00	51.21	39.56	287.73	1561.44
Среднее значение за период		2018.00	51.21	39.56	287.73	1561.44

Исполнитель: Заведующий складом _____ (Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар: _____ (Мусинова Ирина Олеговна)