

заведующий (Исмахова Мария)

(Южная)

29.10.2024

№91

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.10.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	148	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	24	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	178	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		355.00	8.88	12.25	43.77	325.28
Завтрак 2	ЯБЛОКО	83	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		83.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	40	1,07	2	2,53	32,67
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	179	2,88	4,58	5,83	85,99
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	120	1,82	2,68	8,58	73,2
	КОТЛЕТЫ , БИТОЧКИ	59	4,2	15,53	4,86	170
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,1	0,2	8,1	39,2
Итого за обед		567.00	11.07	24.99	37.98	433.31
Полдник	МОЛОКО	177	5,03	4,4	8,36	94,16
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		207.00	6.80	5.80	30.86	203.96
Ужин 1	САЛАТ 'ЗДОРОВЬЕ'	40	0,64	1,36	2,72	24,8
	ОМЛЕТ	127	10,18	11,74	4,15	161,99
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	29	2,29	0,3	15,39	78,59
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,51
Итого за ужин 1		385.00	17.10	16.68	42.04	391.34
Итого за день		1599.00	44.25	60.12	164.45	1400.89
Среднее значение за период		1599.00	44.25	60.12	164.45	1400.89

Исполнитель: Заведующий складом _____ (Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар: _____ (Мусинова Ирина Олеговна)