УТВЕРЖДАЮ

Заведующий_____(Астахова Мария Юрьевна)

01.11.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
02.11.2024						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	202	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	24	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ (20 гр)	20	2,54	2,29	0,15	31,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	202	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		453.00	12.40	14.29	44.73	360.99
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	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	53	0,8	4	3,4	57
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	79	12,75	28,61	9,05	333,75
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		745.00	24.62	43.91	91.78	761.15
Ужин 1	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	60	0,59	0,05	8,76	35,64
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	2,72	4,02	12,88	109,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,11	0,2	8,18	39,6
	БАТОН	34	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		476.00	7.33	4.70	47.06	269.25
Итого за день		1877.00	45.35	63.10	203.36	1477.39
Среднее значение за период		1877.00	45.35	63.10	203.36	1477.39

Исполнитель: Заведующий складом_____(Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар:_____(Мусинова Ирина Олеговна)