



Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.11.2024						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	199	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	33	2,74	0,36	18,41	93,96
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,12	90,58
Итого за завтрак 1		429,00	13,37	15,71	48,58	395,31
Завтрак 2	ЯБЛОКО	80	0,32	0,32	7,84	37,6
Итого за завтрак 2		80,00	0,32	0,32	7,84	37,60
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 РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	196	2,96	4,64	7,84	94,72
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,21	5,6	30,5	113,74
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	74	13,44	4,88	3,56	116
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	180	0	0	14,49	58,32
Итого за обед		737,00	23,66	21,32	76,94	534,98
Полдник	МОЛОКО	197	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	13	0,01	0	11,06	44,71
Итого за полдник		210,00	5,61	4,90	20,36	149,51
Ужин 1	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	60	0,58	0,04	8,76	35,64
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	2,72	4,02	12,88	109,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,09	0,2	8	38,72
	БАТОН	33	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		471,00	7,30	4,69	46,88	268,37
Итого за день		1931,00	50,26	46,94	200,60	1585,77
Среднее значение за период		1931,00	50,26	46,94	200,60	1585,77

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