



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	196	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	22	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за завтрак 1		403.00	8.05	10.13	46.71	312.79
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	58	0,96	3,06	4,62	49,44
	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	195	2,96	4,64	7,84	94,72
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		687.00	14.19	33.99	55.90	613.44
Полдник	КЕФИР	189	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	30	1,74	1,38	22,1	107,84
	БАТОН	22	1,87	0,24	12,54	64,04
Итого за полдник		241.00	9.60	1.82	42.63	233.82
Ужин 1	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	60	0,9	0,06	5,28	25,2
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	75	3,66	4,1	2,69	102,34
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	22	1,87	0,24	12,54	64,04
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	179	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		504.00	11.47	10.10	76.86	393.96
Итого за день		1938.00	43.71	56.44	231.90	1801.01
Среднее значение за период		1938.00	43.71	56.44	231.90	1801.01

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