

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий (Шильева О.А.)

27.03.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.03.2025						
Завтрак 1	КАША ОВСЯНАЯ 'ГЕРКУЛЕС' ВЯЗКАЯ	200	9,12	11,63	37,79	292,65
	БАТОН	16	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		421,00	14,28	18,73	66,37	496,34
Завтрак 2	ЯБЛОКО	68	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		68,00	0,40	0,40	9,80	47,00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	58	1	5,07	3,03	57
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	200	6,8	8,4	8,5	147,5
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,21	5,6	30,5	113,74
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	76	9,19	8,69	13,5	176,1
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого за обед		734,00	23,25	29,96	80,88
Полдник	МОЛОКО	201	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	13	0,01	0	11,47	46,37
	БАТОН	12	1,5	0,19	9,23	44,63
Итого за полдник		226,00	7,11	5,09	30,00	195,80
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	52	0,49	0	0,98	8,08
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	3,03	4,47	14,31	122
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	12	1,04	0,19	7,67	37,14
	БАТОН	16	2,03	0,29	12,51	60,58
	СЫР ПОРЦИЯМИ	11	2,37	3,06	0	37,49
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	179	0,8	1	11,42	44,11
Итого за ужин 1		470,00	9,76	9,01	46,89	309,40
Итого за день		1924,00	54,80	63,19	233,94	1774,08
Среднее значение за период		1924,00	54,80	63,19	233,94	1774,08

Исполнитель: Заведующий складом _____ (Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар: _____ (Мусинова Ирина Олеговна)