

заведующий _____ (Астахова Мария)



Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
26.02.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	199	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	25	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,48
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,12	90,58
Итого за завтрак 1		421.00	12.54	15.60	43.00	366.85
Завтрак 2	ЯБЛОКО	70	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		70.00	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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	182	6,83	8,44	8,54	148,22
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	209	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		660.00	20.05	33.50	52.55	601.57
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	13	0,01	0	11,47	46,37
	БАТОН	30	2,29	0,3	15,39	78,59
Итого за полдник		242.00	7.90	5.20	36.16	229.76
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	58	1,63	3,05	3,86	49,86
	ОМЛЕТ	149	11,79	13,61	4,8	187,69
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,06	0,19	7,81	37,8
	БАТОН	25	1,99	0,29	12,29	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за ужин 1		450.00	16.60	17.17	28.80	335.86
Итого за день		1848.00	57.49	71.87	170.31	1681.04
Среднее значение за период		1848.00	57.49	71.87	170.31	1681.04

Исполнитель: Заведующий складом _____ (Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар: _____ (Муסיнова Ирина Олеговна)