

заведующий _____ (Огнева Ольга Леонидовна)



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
06.11.2024						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	198	6,24	6,1	29,55	158,64
	БАТОН	21	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	178	2,88	2,43	14,11	90,53
Итого за завтрак 1		402.00	11.08	12.93	56.54	352.16
Завтрак 2	ЯБЛОКО	80	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		80.00	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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,09	4,5	58,9
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	202	7,76	3,84	10,48	111,2
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,16
	ЗРАЗЫ	77	5,9	17,6	9,15	215,26
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
Итого за обед		698.00	19.57	30.75	65.92	644.30
Полдник	МОЛОКО	197	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	14	0,01	0	11,91	48,15
	БАТОН	25	2,29	0,3	15,39	78,59
Итого за полдник		236.00	7.90	5.20	36.60	231.54
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38,02
	ОМЛЕТ	146	11,78	13,59	4,8	187,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,06	0,19	7,81	37,8
	БАТОН	20	1,92	0,28	11,86	57,45
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		424.00	15.57	17.16	27.67	321.68
Итого за день		1843.00	54.52	66.44	196.53	1596.68
Среднее значение за период		1843.00	54.52	66.44	196.53	1596.68

Исполнитель: Заведующий складом _____ (Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар: _____ (Мусинова Ирина Олеговна)