


 УТВЕРЖДАЮ
 заведующий (Юльяна) (Истахова Мария)
 07.11.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
08.11.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	195	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	36	2,64	0,35	17,76	90,68
	СЫР ПОРЦИЯМИ	14	3,01	3,89	0	47,71
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	196	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		441.00	14.24	14.16	55.81	414.64
Завтрак 2	ЯБЛОКО	67	0,28	0,28	6,84	32,8
Итого за завтрак 2		67.00	0.28	0.28	6.84	32.80
На весь день	Соль йодированная	4	0	0	0	0
Итого за на весь день		4.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	58	0,67	3,94	3,51	53,45
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	197	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	153	2,92	4,92	15	141,16
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	79	13,44	4,88	3,56	116
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	2,77	0,5	20,39	98,7
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	179	0,17	0,07	12,95	52,53
Итого за обед		743.00	25.33	19.05	72.39	594.86
Полдник	МОЛОКО	192	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	58	5,94	8,55	27,6	219,34
Итого за полдник		250.00	11.54	13.45	36.90	324.14
Ужин 1	МОРКОВЬ ПОРЦИЯМИ	60	0,8	0,1	4	20,4
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	141	12,88	11,74	20,25	272,88
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	28	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	36	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	197	0,89	1,11	12,68	48,96
Итого за ужин 1		462.00	19.35	15.72	70.43	445.91
Итого за день		1967.00	70.74	62.66	242.37	1812.35
Среднее значение за период		1967.00	70.74	62.66	242.37	1812.35

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