

Заведующий

УТВЕРЖДАЮ

(Астахова Мария)

21.12.2023

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углеводы	
22.12.2023						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	23	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	7	0,07	5,81	0,07	52,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С САХАРОМ	179	0	0	8,8	35,27
Итого за завтрак 1		400.00	10.37	17.15	44.05	376.28
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,38	0,38	9,38	44,98
Итого за завтрак 2		89.00	0.38	0.38	9.38	44.98
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,8	3	6,3	56,5
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ЗРАЗЫ	80	5,96	17,77	9,23	217,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		675.00	15.19	28.86	91.84	591.30
Полдник	МОЛОКО	200	5,63	4,94	9,36	105,44
	БУЛОЧКА 'ВЕСНУШКА'	59	4,31	3,59	32,56	181,96
Итого за полдник		259	9.94	8.53	41.92	287.40
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	45	1,21	5,26	4,58	70,13
	ОМЛЕТ	125	11,78	13,59	4,8	187,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	32	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	199	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за ужин 1		416.00	17.01	19.48	34.72	381.14
Итого за день		1809.00	52.89	74.40	221.91	1681.10
Среднее значение за период		1809.00	52.89	74.40	221.91	1681.10

Исполнитель: Заведующий складом _____ (Огнева Ольга Леонидовна)

Шеф-повар: _____ (Мусинова Ирина Олеговна)