

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ 0
15.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Приним пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.05.2024						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	196	5,1	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	46	2,76	0,46	23,64	109,48
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	197	2,9	2,5	14,87	98,8
	Каша пшеничная рассыпчатая А	180	7,84	7,84	44,81	280,39
	Чай с сахаром А	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 1		824,00	18,65	20,45	119,25	737,98
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		300,00	1,40	0,60	29,60	133,00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ, СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	61	1	5,9	4,9	82,8
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	199	6,8	6,4	8,5	147,5
	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	79	13,14	9,75	3,06	152,64
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	Бульон мясной А	200	2,8	2,3	1	37,5
	Жаркое по домашнему (свинина) А	200	10,57	20,76	17,26	296,15
Итого за обед		1119,00	40,21	52,52	85,88	1012,88
Полдник	РЯЖЕНКА	200	6,02	2,01	8,43	80,32
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	108,8
	Чай с сахаром А	200	0	0	9,78	39,21
Итого за полдник		430,00	7,79	3,41	40,71	229,33
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,52	9,21	34,2	250,62
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		456,00	10,56	12,56	65,24	418,60
Итого за день		3134,00	78,81	89,54	340,68	2531,79
Среднее значение за период		3134,00	78,81	89,54	340,68	2531,79

Исполнитель: _____ 0
Шеф-повар: _____ 0