

Заведующий _____ (Е. А. Мартынова)



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

21.01.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22,2	159
	БАТОН	45	2,7	0,45	23,13	107,1
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С САХАРОМ А	180	0	0	8,8	35,3
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ А	150	3,58	4,56	37,39	204,34
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за завтрак 1		798.00	16.95	16.20	127.30	708.87
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ С САХАРОМ А	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 2		380.00	1.00	0.20	28.60	121.30
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	4	5	11	103
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	БУЛЬОН МЯСНОЙ А	200	2,8	2,3	1	37,5
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ А	150	3,59	4,57	37,33	204,35
Итого за обед		1070.00	25.91	29.02	131.70	811.04
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
	ЧАЙ С САХАРОМ А	180	0	0	8,8	35,3
Итого за полдник		400.00	5.62	4.90	33.98	204.30
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) А	80	4,02	28,65	0	245,51
Итого за ужин 1		490.00	10.89	36.67	26.10	511.97
Итого за день		3143.00	60.37	86.99	347.68	2357.48
Среднее значение за период		3096.50	64.88	106.53	336.65	2507.62

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()