

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Е.А. Мартынова)
28.10.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

29.10.2024						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	45	2,7	0,45	23,13	107,1
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	ЧАЙ С САХАРОМ А	180	0	0	8,8	35,3
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ А	150	3,59	4,57	37,33	204,35
Итого за завтрак 1		798.00	16.96	16.21	127.24	708.88
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,7	3	5,7	53,1
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	200	3,27	3,97	6,24	81,27
	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
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	Итого за обед		720.00	18.74	20.85	90.39
Полдник	ИОГУРТ	205	5,8	5	22	156
	МАРМЕЛАД	23	0,02	0	15,88	64,2
	ЧАЙ С САХАРОМ А	180	0	0	8,8	35,3
	ПЕЧЕНЬЕ (диета)	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		428.00	5.84	5.00	62.56	319.70
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	59	2,82	11,6	4,18	133,07
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	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		584.00	15.81	48.62	48.27	728.34
Итого за день		2735.00	58.35	90.88	348.26	2394.84
Среднее значение за период		2791.50	59.17	89.82	346.03	2381.68

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()