

Заведующий (Е.А. Мартынова)

21.02.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.02.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	45	3,44	0,45	23,09	117,89
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЧАЙ С САХАРОМ А	180	0	0	8,8	35,3
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ А	180	7,84	7,84	44,81	280,39
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за завтрак 1		840,00	21,77	20,86	142,58	852,34
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 "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	200	3,68	4,16	16,64	119,2
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,27	3,35	10,73	91,5
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	80	9,93	23,35	10,18	278,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого за обед		720,00	20,82	37,31	74,11
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	ЧАЙ С САХАРОМ А	180	0	0	8,8	35,3
	ПЕЧЕНЬЕ (диета)	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		430,00	7,39	6,30	56,48	314,10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	26,15	12,56	25,97	323,41
	ПОВИДЛО	30	0,1	0,1	21,6	83,8
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,95	83,3
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	ЧАЙ С САХАРОМ А	180	0	0	8,8	35,3
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ А	150	6,67	7,97	27,39	208,16
Итого за ужин 1		785,00	36,51	25,98	118,62	839,03
Итого за день		3160,00	87,49	90,65	420,39	2833,65
Среднее значение за период		3000,00	83,85	86,97	391,80	2672,05

Исполнитель: _____ ()
Шеф-повар: _____ ()