

УТВЕРЖДАЮ
и.о. заведующего _____ (Усенникова
А.С.)
19.11.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.11.2024						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	6,24	6,1	29,55	158,64
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		410.00	10.67	12.93	56.58	346.27
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	150	0,75	0,15	14,85	64,5
Итого за завтрак 2		150.00	0.75	0.15	14.85	64.50
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,09	0,09	23,73	97,1
Итого за обед		695.00	22.60	29.18	82.54	682.45
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	1,6	0,6	23,1	103,9
Итого за полдник		240.00	7.20	5.50	32.40	208.70
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА	60	1,6	3	3,79	49
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		455.00	14.12	13.75	40.27	356.05
Итого за день		1955.00	55.34	61.51	226.64	1657.97
Среднее значение за период		1955.00	55.34	61.51	226.64	1657.97

Исполнитель: Кладовщик _____ (Кожевникова О.Л.)

Шеф-повар: _____ (Трегубова Ю.М.)