

УТВЕРЖДАЮ

И.о. заведующего \_\_\_\_\_ (Осенникова А.С.)

20.11.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.11.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,23	22,35	175,55
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		415.00	7.35	11.71	37.86	285.27
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,19	133,06
	СУП `ВОЛНА` С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	4,03	6,11	18,13	186,6
	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ	140	26,62	4,29	54,11	361,53
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	12,39	9,47	11,33	179,85
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		710.00	48.66	31.87	119.66	997.74
Полдник	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	50	3,31	6,84	21,51	173,57
Итого за полдник		250.00	9.30	7.04	29.50	235.51
Ужин 1	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	140	3,93	5,23	28,47	106,16
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	80	15,15	31,83	0,89	334,57
	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,32	1,12	2,08	20,07
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,2	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		460.00	21.08	38.42	53.44	554.90
Итого за день		1940.00	86.79	89.44	250.26	2120.42
Среднее значение за период		1940.00	86.79	89.44	250.26	2120.42

Исполнитель: Кладовщик \_\_\_\_\_ (Кожевникова О.Л.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Трегубова Ю.М.)