



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		455.00	11.12	12.65	67.01	426.16
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 КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	61	0,96	3,06	4,62	49,44
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (СВИНИНА)	80	12,69	28,49	9,01	332,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		721.00	23.14	40.16	81.86	752.76
Полдник	КЕФИР	190	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПАСТИЛА	20	0,1	0	16,16	62
Итого за полдник		210.00	6.09	0.20	24.15	123.94
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	143	17,8	14,12	29,77	313,67
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,39	71,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		463.00	21.75	20.89	62.79	516.27
Итого за день		1954.00	62.50	74.30	245.61	1866.13

Исполнитель: Кладовщик _____ (Норина Оксана Федоровна)

Шеф-повар: _____ (Шихалеева Марина Сергеевна)