

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
09.06.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	201	9	11,1	39,24	294,26
	БАТОН	38	3,03	0,43	18,67	90,44
	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		444.00	15.28	18.38	73.66	522.90
Завтрак 2	ЯБЛОКО	180	0,72	0,72	17,64	84,6
Итого за завтрак 2		180.00	0.72	0.72	17.64	84.60
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	69	0,94	4,56	4,68	64,56
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	199	6	4,4	16	158,1
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	75	14,6	32,55	7,1	367,08
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,76	0,5	20,24	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
	Итого за обед		793.00	28.92	49.52	92.80
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	50	2,95	2,34	37,5	183
Итого за полдник		250.00	8.55	7.24	46.80	287.80
Ужин 1	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,27	3,35	10,73	91,5
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	79	13,44	4,88	3,56	116
	БАТОН	39	3,08	0,4	20,7	105,69
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за ужин 1		468.00	18.92	8.66	35.03	314.20
Итого за день		2138.00	72.39	84.52	265.93	2087.68
Среднее значение за период		2138.00	72.39	84.52	265.93	2087.68

Исполнитель: Кладовщик Су (Суханова О.П.)

Шеф-повар: Боч (Бочкарёва Т.Л.)

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Диета

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
09.06.2025						
Завтрак 1	ХЛЕБЦЫ (диета)	20	1,58	0,28	16,38	74,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 1		220.00	1.58	0.28	26.16	113.61
Завтрак 2	ЯБЛОКО	180	0,72	0,72	17,64	84,6
Итого за завтрак 2		180.00	0.72	0.72	17.64	84.60
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	70	0,93	4,55	4,67	64,4
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ	199	6	4,4	16	158,1
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	75	14,6	32,55	7,1	367,08
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
Итого за обед		724.00	28.12	47.53	93.62	857.92
Полдник	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,51	0	13,2	56,3
	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	50	0,05	0	39,7	160,5
Итого за полдник		450.00	6.16	4.90	62.20	321.60
Ужин 1	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,27	3,35	10,73	91,5
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	75	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за ужин 1		455.00	16.16	13.40	41.24	367.11
Итого за день		2032.00	52.74	66.83	240.86	1744.84
Среднее значение за период		2032.00	52.74	66.83	240.86	1744.84

Исполнитель: Кладовщик *С.С.* (Суханова О.П.)

Шеф-повар: *Т.Л.* (Бочкарева Т.Л.)