

## Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

| Прием пищи                 | Наименование блюда                             | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|----------------------------|------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
|                            |                                                |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| 16.05.2025                 |                                                |           |                  |       |          |             |
| Завтрак 1                  | КАША МАННАЯ С МАСЛОМ                           | 203       | 6,18             | 5,82  | 25,41    | 177,13      |
|                            | БАТОН                                          | 36        | 2,75             | 0,36  | 18,47    | 94,31       |
|                            | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                                 | 10        | 0,1              | 8,3   | 0,1      | 75          |
|                            | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                  | 200       | 0,89             | 1,11  | 12,68    | 48,96       |
| Итого за завтрак 1         |                                                | 449.00    | 9.92             | 15.59 | 56.66    | 395.40      |
| Завтрак 2                  | ЯБЛОКО                                         | 182       | 0,73             | 0,73  | 17,84    | 85,54       |
| Итого за завтрак 2         |                                                | 182.00    | 0.73             | 0.73  | 17.84    | 85.54       |
| На весь день               | Соль йодированная                              | 3         | 0                | 0     | 0        | 0           |
| Итого за на весь день      |                                                | 3.00      |                  |       |          |             |
| Обед                       | САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ                                | 71        | 3,7              | 11,91 | 10,87    | 165,19      |
|                            | СУП ОВОЩНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ                 | 198       | 5,52             | 4,37  | 10,83    | 104,64      |
|                            | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ                              | 150       | 4,22             | 5,61  | 30,5     | 113,74      |
|                            | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ                         | 78        | 11,39            | 9,6   | 5,9      | 163         |
|                            | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 50        | 2,76             | 0,5   | 20,24    | 98          |
|                            | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                    | 200       | 0                | 0     | 10,78    | 43          |
| Итого за обед              |                                                | 747.00    | 27.59            | 31.99 | 89.12    | 687.57      |
| Полдник                    | МОЛОКО                                         | 200       | 5,6              | 4,9   | 9,3      | 104,8       |
|                            | ПЕЧЕНЬЕ                                        | 50        | 0,05             | 0     | 39,7     | 160,5       |
| Итого за полдник           |                                                | 250.00    | 5.65             | 4.90  | 49.00    | 265.30      |
| Ужин 1                     | САЛАТ "ЗИМНИЙ"                                 | 67        | 1,85             | 4,16  | 7,97     | 75,32       |
|                            | ОМЛЕТ                                          | 150       | 11,78            | 13,59 | 4,8      | 187,5       |
|                            | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ПО-УЗБЕКСКИ ,диета гр. Звездочки | 180       | 10,69            | 11,54 | 22,24    | 236,12      |
|                            | БАТОН                                          | 40        | 3,19             | 0,46  | 19,66    | 95,2        |
|                            | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 200       | 0                | 0     | 9,78     | 39,21       |
| Итого за ужин 1            |                                                | 637.00    | 27.51            | 29.75 | 64.45    | 633.35      |
| Итого за день              |                                                | 2268.00   | 71.40            | 82.96 | 277.07   | 2067.16     |
| Среднее значение за период |                                                | 2268.00   | 71.40            | 82.96 | 277.07   | 2067.16     |

Исполнитель: Кладовщик Су (Суханова О.П.)

Шеф-повар: Тол (Бочкарева Т.Л.)

## Меню приготавливаемых блюд

Категория: Диета

| Прием пищи                 | Наименование блюда             | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|----------------------------|--------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
|                            |                                |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| 16.05.2025                 |                                |           |                  |       |          |             |
| 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                         | 183       | 0,73             | 0,73  | 17,93    | 86,01       |
| Итого за завтрак 2         |                                | 183.00    | 0.73             | 0.73  | 17.93    | 86.01       |
| На весь день               | Соль йодированная              | 3         | 0                | 0     | 0        | 0           |
| Итого за на весь день      |                                | 3.00      |                  |       |          |             |
| Обед                       | САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ                | 70        | 3,71             | 11,94 | 10,9     | 165,57      |
|                            | СУП ОВОЩНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 195       | 5,52             | 4,37  | 10,83    | 104,64      |
|                            | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ              | 150       | 4,22             | 5,61  | 30,5     | 113,74      |
|                            | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ         | 79        | 11,39            | 9,6   | 5,9      | 163         |
|                            | 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    | 27.21            | 31.94 | 93.48    | 701.55      |
| 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                     | САЛАТ "ЗИМНИЙ"                 | 70        | 1,87             | 4,2   | 8,05     | 76,07       |
|                            | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ПО-УЗБЕКСКИ      | 180       | 10,89            | 11,54 | 22,24    | 236,12      |
|                            | ОМЛЕТ                          | 149       | 11,78            | 13,59 | 4,8      | 187,5       |
|                            | ХЛЕБЦЫ (диета)                 | 30        | 2,37             | 0,42  | 24,57    | 111,6       |
|                            | ЧАЙ С САХАРОМ                  | 200       | 0                | 0     | 9,78     | 39,21       |
| Итого за ужин 1            |                                | 629.00    | 26.71            | 29.75 | 69.44    | 650.50      |
| Итого за день              |                                | 2209.00   | 62.39            | 67.60 | 269.21   | 1873.27     |
| Среднее значение за период |                                | 2209.00   | 62.39            | 67.60 | 269.21   | 1873.27     |

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

Шеф-повар: Бочкарева Т.Л. (Бочкарева Т.Л.)