



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	199	4,86	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	39	3,05	0,4	20,52	104,79
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,12	90,58
Итого за завтрак 1		422.00	10.84	12.28	60.25	401.83
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.79	86.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	61	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	199	3,68	4,16	16,64	119,2
	ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ ЛЕНИВЫЕ (СВИНИНА)	195	6,79	21,82	11,38	288,81
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,76	0,5	20,24	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
Итого за обед		705.00	15.37	32.53	63.70	630.19
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	55	3,25	2,57	41,25	201,3
Итого за полдник		254.00	8.85	7.47	50.55	306.10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,7	3,05	10,38	63
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	147	12,71	11,58	19,98	269,22
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,29	38,5
	БАТОН	42	3,28	0,43	22,1	112,85
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	179	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		478.00	18.09	18.26	66.16	527.63
Итого за день		2064.00	54.15	70.74	260.45	1951.75
Среднее значение за период		2064.00	54.15	70.74	260.45	1951.75

Исполнитель: Кладовщик Сух (Суханова О.П.)

Шеф-повар: Точ (Бочкарёва Т.Л.)