



Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.01.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	198	4,93	5,97	21,63	161,02
	БАТОН	30	2,29	0,3	15,39	78,59
	СЫР ПОРЦИЯМИ	21	4,85	6,25	0	76,68
	КАКАО С МОЛОКОМ	199	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		448.00	14.97	15.02	51.89	415.09
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 ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	0,89	4	4	58,09
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	199	3,65	5,19	10,76	102,8
	РИС ОТВАРНОЙ	150	3	3,3	34,05	173,7
	ГУЛЯШ С ТОМАТОМ	80	6	7,6	2,47	164,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,76	0,5	20,24	98
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,2	0,1	15,51	63,5
Итого за обед		739.00	16.50	20.69	87.03	660.89
Полдник	СНЕЖОК	196	5,49	4,9	21,56	150,92
	БАТОН	20	1,53	0,2	10,26	52,39
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		246.00	7.05	5.10	55.64	299.61
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,16	3,91	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	79	3,66	4,1	2,69	102,34
	БАТОН	29	2,38	0,34	14,67	71,05
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,04	0	10,17	40,87
Итого за ужин 1		457.00	9.24	8.35	41.78	341.59
Итого за день		2095.00	48.76	49.36	256.13	1803.18
Среднее значение за период		2095.00	48.76	49.36	256.13	1803.18

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

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