



Заведующий _____ (Козырева)
15.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.01.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	199	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	43	3,91	0,51	26,27	134,1
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	4,62	5,96	0	73,03
	КАКАО С МОЛОКОМ	199	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		449.00	16.82	16.19	63.49	481.48
Завтрак 2	ЯБЛОКО	105	0,81	0,81	19,79	94,9
Итого за завтрак 2		105.00	0.81	0.81	19.79	94.90
На весь день	Соль йодированная	4	0	0	0	0
Итого за на весь день		4.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	62	0,74	4,55	3,74	60,99
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	204	5,18	5,56	8,57	120,22
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,66	96,58
	СУФЛЕ ИЗ КУР	70	14,17	18,25	3,44	234,69
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	2,79	0,51	20,53	99,35
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (копия)	185	0,1	0,1	17,89	74,1
Итого за обед		734.00	26.23	32.05	66.83	685.93
Полдник	КЕФИР	171	6	0,2	8	62,07
	ПЕЧЕНЬЕ	16	0,03	0	25,41	102,72
Итого за полдник		187.00	6.03	0.20	33.41	164.79
Ужин 1	ОМЛЕТ	149	11,79	13,61	4,8	187,69
	БАТОН	26	2,42	0,35	14,91	72,19
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		355.00	14.25	13.96	28.86	296.66
Итого за день		1846.00	64.14	63.21	212.38	1723.76

Исполнитель: _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Литвинова Т.А.)