



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Угледо ды	
17.12.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,95	6	21,74	161,83
	БАТОН	46	3,82	0,5	25,66	130,98
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	4,75	6,13	0	75,16
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за завтрак 1		434.00	13.52	12.63	56.20	403.26
Завтрак 2	ЯБЛОКО	150	0,6	0,6	14,7	70,5
Итого за завтрак 2		150.00	0.60	0.60	14.70	70.50
На весь день	Соль йодированная	4	0	0	0	0
Итого за на весь день		4.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	76	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,75	0,5	20,25	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого за обед		716.00	23.75	21.27	91.96
Полдник	МОЛОКО	201	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА 'ВЕСНУШКА'	70	5,04	4,2	38,08	212,8
Итого за полдник		271.00	10.64	9.10	47.38	317.60
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,16	3,91	14,25	127,33
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,52	2,75	2,28	92,57
	БАТОН	31	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		440.00	8.51	7.06	42.88	339.98
Итого за день		2026.00	57.02	50.66	253.12	1796.09

Исполнитель: _____ (Вылегжанина Н.М.)
 Шеф-повар: _____ (Литвинова Т.А.)