

Заведующий _____ (Козырева)

УТВЕРЖДАЮ

22.11.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
25.11.2024						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	202	5,09	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	49	3,9	0,51	26,19	133,71
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	201	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		457.00	12.24	12.86	68.04	444.51
Завтрак 2	ЯБЛОКО	200	0,8	0,8	19,6	94
Итого за завтрак 2		200.00	0.80	0.80	19.60	94.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,16	3,44	13,44	93,6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	131,85
	ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	17,88	18,11	0,89	238,57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	2,8	0,51	20,66	99,96
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		721.00	26.81	29.22	76.24	650.58
Полдник	КЕФИР	190	6,01	0,2	8,01	62,16
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	4,48	3,72	36,01	204,81
Итого за полдник		260.00	10.49	3.92	44.02	266.97
Ужин 1	КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ	200	5,12	18,67	20,42	323,01
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	БАТОН	29	2,38	0,34	14,67	71,05
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		459.00	7.82	19.04	39.73	414.87
Итого за день		2102.00	58.16	65.84	247.63	1870.93

Исполнитель: _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Литвинова Т.А.)