



Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углевод	
26.11.2024						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	199	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	50	3,82	0,5	25,66	130,98
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за завтрак 1		442.00	11.32	10.27	56.46	372.74
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 ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38,02
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,17	5,54	8,54	119,82
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	142	3,9	5,5	39,1	126,4
	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	84	13,13	9,75	3,05	152,64
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	2,77	0,5	20,38	98,63
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (копия)	200	0,1	0,1	17,89	74,1
Итого за обед		738.00	25.76	24.46	92.12	609.61
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА С КАРТОФЕЛЕМ	69	6,4	6,6	30,59	207,36
Итого за полдник		268.00	12.00	11.50	39.89	312.16
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,16	3,91	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	78	3,66	4,1	2,69	102,34
	БАТОН	30	2,29	0,3	15,39	78,59
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		437.00	9.15	8.31	41.48	345.04
Итого за день		2090.00	59.23	54.74	249.74	1725.55

Исполнитель: \_\_\_\_\_ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Литвинова Т.А.)