

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий Лелик (Козырева)
 26.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
27.12.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С	198	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	49	3,9	0,51	26,19	133,71
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	196	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		448.00	12.54	14.58	64.29	447.46
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	97	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		97.00	1.00	0.20	19.79	86.00
На весь день	Соль йодированная	4	0	0	0	0
Итого за на весь день		4.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ	53	0,89	3,9	4,19	56,29
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	198	2,88	2,29	15,37	93,71
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	3,91	14,25	127,33
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	64	16,44	15,7	11,46	252,85
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	2,77	0,5	20,38	98,63
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	178	0,46	0	11,88	50,67
Итого за обед		695.00	26.60	26.30	77.53	679.48
Полдник	МОЛОКО	197	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	24	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		221.00	5.63	4.90	33.12	201.10
Ужин 1	ОМЛЕТ	149	11,78	13,59	4,8	187,5
	БАТОН	29	2,38	0,34	14,67	71,05
	ЧАЙ С САХАРОМ	177	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		355.00	14.16	13.93	28.27	293.84
Итого за день		1820.00	59.93	59.91	223.00	1707.88

Исполнитель: _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Литвинова Т.А.)