



Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углевод	
29.11.2024						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	200	5,09	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	42	3,82	0,5	25,66	130,98
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		447.00	12.16	12.85	67.51	441.78
Завтрак 2	ЯБЛОКО	160	0,64	0,64	15,68	75,2
Итого за завтрак 2		160.00	0.64	0.64	15.68	75.20
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	59	1,01	5,11	3,06	57,49
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	3,91	14,25	127,33
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	67	16,44	15,7	11,46	252,85
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	2,77	0,5	20,38	98,63
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		708.00	26.26	27.51	74.21	668.60
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	70	4,61	4	26,8	161,99
Итого за полдник		270.00	10.21	8.90	36.10	266.79
Ужин 1	ОМЛЕТ	150	11,78	13,59	4,8	187,5
	БАТОН	25	2,33	0,33	14,33	69,42
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		355.00	14.11	13.92	27.93	292.21
Итого за день		1945.00	63.38	63.82	221.43	1744.58

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

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