

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Кокарева Людмила)
 27.04.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
02.05.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	155	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	49	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		424.00	15.74	18.48	44.43	429.50
Завтрак 2	ЯБЛОКО	113	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		113.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	62	0,5	3	1,5	37
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	199	3,52	4,05	8,88	97,52
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	5,63	20,8	6,51	227,63
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	48	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	2,79	0,4	20,2	98
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Итого за обед		747.00	18.00	38.11	82.31	677.86
Полдник	ЙОГУРТ	206	5,8	5	22	156
	МАРМЕЛАД	20	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН	27	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за полдник		253.00	7.62	5.30	53.30	291.60
Ужин 1	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	80	15,14	31,82	0,89	334,57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		438.00	19.74	36.98	38.01	569.81
Итого за день		1980.00	61.50	99.27	227.85	2015.77

Исполнитель: Кладовщик _____ (Мокерова Любовь Александровна)
 Шеф-повар: _____ (Кашина Татьяна Анатольевна)