

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Кокарева Людмила

06.05.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
07.05.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	201	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	28	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		422.00	9.37	9.42	47.21	311.23
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	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 КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	57	0,31	2,97	4,67	44,23
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	201	3,27	3,97	6,24	81,27
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	39	2,1	0,35	17,99	83,3
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		740.00	19.47	21.03	85.61	556.04
Полдник	МОЛОКО	202	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	71	3,75	1,41	53,52	200,71
Итого за полдник		273.00	9.35	6.31	62.82	305.51
Ужин 1	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	109,44
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		413.00	7.84	7.67	47.29	307.37
Итого за день		1953.00	46.43	44.83	252.73	1527.15

Исполнитель: Кладовщик _____ (Мокерова Любовь Александровна)

Шеф-повар: _____ (Кашина Татьяна Анатольевна)