

УТВЕРЖДАЮ
 заведующий _____ (Кокарева
 Викторовна)
 15.11.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
18.11.2024					
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	162	4,53	4,22	26,05
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	202	3,2	2,7	15,7
Итого за завтрак 1		394.00	9.28	11.32	54.65
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0
Итого за на весь день		5.00			
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,1	4,5
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	206	2,16	3,44	13,44
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5,83	17,37	9,03
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,68	0,24	13,32
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
Итого за обед		729.00	14.94	29.51	87.92
Полдник	СНЕЖОК	196	5,6	5	22
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72
Итого за полдник		246.00	8.80	7.66	47.72
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	200	7,23	11,21	47,55
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	28	1,99	2,37	16,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,12	0,16	8,8
	БАТОН	30	2,1	0,35	17,99
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04
Итого за ужин 1		460.00	12.55	14.12	90.68
Итого за день		1934.00	45.97	63.01	290.77

Исполнитель: Кладовщик _____ (Мокерова Любовь Александровна)

Шеф-повар: _____ (Кашина Татьяна Анатольевна)

Людмила

Эн.ценность
159,98
59,5
37,5
100,7
357.68
47
47.00
0
58,9
93,6
136,8
212,46
58,8
47,6
38,7
646.86
154
146,29
300.29
323,67
20,37
39,2
83,3
0,82
467.36
1819.19