

УТВЕРЖДАЮ
 заведующий _____ (Кокарева
 Викторовна)
 18.11.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | |
|-----------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы |
| 19.11.2024 | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 200 | 4,5 | 5,9 | 22 |
| | БАТОН | 25 | 1,5 | 0,25 | 12,85 |
| | СЫР ПОРЦИЯМИ | 13 | 3 | 3,87 | 0 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0 | 0 | 8,8 |
| Итого за завтрак 1 | | 418.00 | 9.00 | 10.02 | 43.65 |
| Завтрак 2 | ЯБЛОКО | 133 | 0,4 | 0,4 | 9,8 |
| Итого за завтрак 2 | | 133.00 | 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 ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ | 60 | 0,9 | 3 | 3,9 |
| | ЩИ СО СМЕТАНОЙ | 201 | 3,27 | 3,97 | 6,24 |
| | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 3,9 | 5,5 | 39,1 |
| | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ | 80 | 7,89 | 7,89 | 3,19 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 33 | 1,68 | 0,24 | 13,32 |
| | БАТОН | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК | 200 | 0,1 | 0,1 | 17,89 |
| Итого за обед | | 724.00 | 17.74 | 20.70 | 83.64 |
| Полдник | МОЛОКО | 201 | 5,6 | 4,9 | 9,3 |
| | ВАТРУШКА С КАРТОФЕЛЕМ | 70 | 6,4 | 6,6 | 30,59 |
| Итого за полдник | | 271.00 | 12.00 | 11.50 | 39.89 |
| Ужин 1 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,17 | 3,92 | 14,25 |
| | СУФЛЕ РЫБНОЕ | 80 | 3,66 | 4,1 | 2,7 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 33 | 1,68 | 0,24 | 13,32 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | 0,04 | 0 | 9,15 |
| Итого за ужин 1 | | 443.00 | 8.55 | 8.26 | 39.42 |
| Итого за день | | 1994.00 | 47.69 | 50.88 | 216.40 |

Исполнитель: Кладовщик _____ (Мокерова Любовь Александровна)

Шеф-повар: _____ (Кашина Татьяна Анатольевна)

Людмила

| |
|-------------|
| Эн.ценность |
| 159 |
| 59,5 |
| 47,47 |
| 35,3 |
| 301.27 |
| 47 |
| 47.00 |
| 0 |
| |
| 47,9 |
| 81,27 |
| 126,4 |
| 136 |
| 58,8 |
| 0 |
| 74,1 |
| 524.47 |
| 104,8 |
| 207,36 |
| 312.16 |
| 127,33 |
| 102,35 |
| 58,8 |
| 36,78 |
| 325.26 |
| 1510.16 |