

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____()
 15.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
16.01.2025					
Завтрак 1	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ	147	13	14,2	29
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6
	БАТОН	19	1,17	0,2	10,05
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04
Итого за завтрак 1		401.00	14.53	18.58	43.74
Завтрак 2	ЯБЛОКО	120	0,48	0,48	11,76
Итого за завтрак 2		120.00	0.48	0.48	11.76
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0
Итого за на весь день		5.00			
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	60	0,89	3,9	4
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	200	6,8	8,4	8,5
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	17,47	14,36	7,35
	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,53	1,87	3,47
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,1	0,16	8,73
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
Итого за обед		739.00	30.69	34.19	80.85
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3
	ПЕЧЕНЬЕ	25	0,03	0	19,85
	БАТОН	24	1,49	0,25	12,76
Итого за полдник		249.00	7.12	5.15	41.91
Ужин 1	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	187	10,21	24,13	6,17
	БАТОН	33	2,08	0,35	17,85
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,72	0,31	12,66
	ЧАЙ С САХАРОМ	190	0	0	9,29
Итого за ужин 1		440.00	14.01	24.79	45.97
Итого за день		1954.00	66.83	83.19	224.23

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

Эн.ценность
295,5
19,9
46,55
37,5
0,82
400.27
56,4
56.40
0
56,79
147,5
126,4
228,56
33,45
38,52
38,7
669.92
104,8
80,25
59,09
244.14
286,21
82,67
61,25
37,26
467.39
1838.12