

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
16.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
17.05.2024					
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7
Итого за завтрак 1		430.00	10.49	12.06	52.86
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0
Итого за на весь день		5.00			
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02	7,81	3,35
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	70	9,45	13,41	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50,2	2,81	0,4	22,29
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
Итого за обед		710.20	22.02	31.28	74.72
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3
	ПРЯНИКИ	34	2,01	1,59	25,5
	БАТОН	16	0,96	0,16	8,22
Итого за полдник		250.00	8.57	6.65	43.02
Ужин 1	САЛАТ "ЗИМНИЙ"	54	1,6	3,6	6,9
	БИТОЧКИ ИЛИ КОТЛЕТЫ РИСОВЫЕ ПАРОВЫЕ	200	7,6	4	69,6
	СОУС МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ	30	0,78	2,84	3,08
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04
Итого за ужин 1		504.00	12.49	10.87	100.18
Итого за день		2099.20	54.57	61.06	290.58

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

Эн.ценность
165,63
59,5
37,5
100,7
363.33
86
86.00
0
92,79
97,52
113,74
166,47
98,39
38,7
607.61
104,8
124,44
38,08
267.32
65,2
338
40,96
95,2
0,82
540.18
1864.44