

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
18.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
19.12.2024					
Завтрак 1	КАША `АССОРТИ`	200	5,1	5,5	26,1
	БАТОН	14	0,84	0,14	7,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87
Итого за завтрак 1		419.00	8.89	12.29	48.22
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	183	0,92	0,18	18,12
Итого за завтрак 2		183.00	0.92	0.18	18.12
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0
Итого за на весь день		5.00			
Обед	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	80	10,8	15,33	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	2,58	0,37	20,42
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96
Итого за обед		656.00	19.69	21.16	62.41
Полдник	СНЕЖОК	187	5,24	4,68	20,57
	ПРЯНИКИ	35	2,06	1,63	26,25
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42
Итого за полдник		252.00	9.10	6.61	62.24
Ужин 1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	57	0,8	4	3,4
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,52	9,21	34,2
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15
Итого за ужин 1		452.00	10.46	13.56	64.74
Итого за день		1967.00	49.06	53.80	255.73

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

Эн.ценность
172,6
33,32
37,5
98,8
342.22
78,69
78.69
0
93,6
96,58
190,25
90,16
57,15
527.74
143,99
128,1
71,4
343.49
57
250,62
83,3
36,78
427.70
1719.84