

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
17.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
20.01.2025					
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	160	4,53	4,22	26,05
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7
Итого за завтрак 1		400.00	10.13	7.32	62.31
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	194,9	0,97	0,19	19,3
Итого за завтрак 2		194.90	0.97	0.19	19.30
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0
Итого за на весь день		5.00			
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,5
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	201	2,16	3,44	13,44
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,27	3,35	10,73
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	80	7,13	27,85	1,09
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	2,69	0,38	21,31
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
Итого за обед		719.00	15.25	39.02	60.77
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72
Итого за полдник		250.00	8.80	7.56	35.02
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	199	7,23	11,21	47,55
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6
	БАТОН	39	2,34	0,39	20,05
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04
Итого за ужин 1		468.00	9.88	11.63	72.24
Итого за день		2036.90	45.03	65.72	249.64

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

Эн.ценность
159,98
95,2
100,7
355.88
83,81
83.81
0
57,9
93,6
91,5
319,02
94,08
38,7
694.80
104,8
146,29
251.09
323,67
19,9
92,82
0,82
437.21
1822.79