

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
17.05.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
20.05.2024					
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	160	4,53	4,22	26,05
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3
	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	14.36	15.68	54.95
Завтрак 2	ЯБЛОКО	125	0,5	0,5	12,25
Итого за завтрак 2		125.00	0.50	0.50	12.25
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	200	2,32	3,28	4,16
	АЗУ (СВИНИНА)	202	13,33	24,06	22,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52,4	2,93	0,42	23,27
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
Итого за обед		694.40	19.48	30.76	63.93
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	53	3,18	0,53	27,24
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04
Итого за ужин 1		482.00	10.72	11.77	79.43
Итого за день		1986.40	53.86	66.27	245.58

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

Эн.ценность
159,98
62,8
59,5
37,5
100,7
420,48
58,75
58,75
0
47,9
55,2
314,1
102,7
38,7
558,60
104,8
146,29
251,09
323,67
19,9
126,14
0,82
470,53
1759,45