

Менюготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
10.04.2025						
Завтрак 1	КАША	200	5,1	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87	98,8
	Итого за завтрак 1	428.00	9.55	12.40	53.87	368.40
Завтрак 2	ЯБЛОКО	101	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		101.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМИ	60	1	5,9	4,9	82,8
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	200	6,8	8,4	8,5	147,5
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	БИТОЧКИ ИЗ	80	9,2	8,7	13,5	176,09
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	33	1,98	0,33	16,96	78,54
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И	180	0,17	0,07	12,94	52,48
	Итого за обед	733.00	24.08	26.72	82.79	692.79
	Полдник	КЕФИР	201	5,99	0,2	7,99
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		70	4,59	8,62	38,82	250,49
ПЕЧЕНЬЕ(диета)		20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		291.00	10.60	8.82	62.69	376.63
Ужин 1	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	60	0,9	0,06	5,28	25,2
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,52	9,21	34,2	250,62
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	34	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		474.00	11.68	9.78	75.42	435.10
Итого за день		2030.00	56.31	58.12	284.57	1919,9

Исполнитель: Заведующий складом (Пермяко)
Шеф-повар: (Румянцева О.А.)