

31.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценно сть
			Белки	Жиры	Углевод ы	
31.07.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	151	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,36	1,32	1,37	23,1
	КАША ПШЕН- НАЯ С МАС- ЛОМ(диета)	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
	ХЛЕБЦЫ (диета)	40	3,16	0,56	32,76	148,8
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	Итого за завтрак 1	642,00	26,92	27,32	111,81	820,88
Завтрак 2	СОК	184	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		184,00	1,00	0,20	19,80	86,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ 'ЛЕТНИЙ'	55	0,9	2,88	2,52	36,24
	СУП 'ВОЛНА' С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	4,03	6,11	18,13	186,6
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫ Е ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	79	10,67	15,14	0	187,87
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
	Итого за обед	714,00	22,95	30,14	85,99	681,43
Полдник	КЕФИР	190	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	14	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН	27	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за полдник		231,00	7,81	0,50	39,29	197,54
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38,02
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	70	13,25	27,85	0,78	292,75
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		490,00	18,87	34,24	38,73	521,45
Итого за день		2264,00	77,55	92,40	295,62	2307,30

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