

УТВЕРЖДАЮ
 (Дудина Е.В.)
 14.03.2025
 Заведующий
 Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость	
			Белки	Жиры	Углеводы		
17.03.2025							
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96	
	БАТОН	22	1,5	0,25	12,85	59,5	
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6	
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5	
	КОФЕИНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7	
	Итого за завтрак 1		457,00	11,99	12,82	78,73	478,26
Завтрак 2	СОК	188	1	0,2	19,8	86	
Итого за завтрак 2		188,00	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 "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	57	2,14	6,05	4,66	81,18	
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	200	3,68	4,16	16,64	119,2	
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,71	2,9	15,22	98,98	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ(диета)	150	2,92	4,92	15	141,14	
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	80	9,93	23,35	10,18	278,3	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7	
	Итого за обед		847,00	23,06	41,62	84,72	816,30
	Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
ПРЯНИКИ		29	3,25	2,57	41,25	201,3	
ПЕЧЕНЬЕ		20	0,02	0	15,88	64,2	
Итого за полдник		249,00	8,87	7,47	66,43	370,30	
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64	
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	151	17,8	14,12	29,77	313,67	
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5	
	БАТОН	35	2,21	0,37	18,9	87,68	
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета)	150	3,59	4,57	37,33	204,35	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06	
	Итого за ужин 1		626,00	25,75	25,53	103,63	736,90
Итого за день		2370,00	70,67	87,64	353,31	2487,76	

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