

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углевод ы	
30.05.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	2,18	4,37	25,3	148,8
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1,85	2,38	0	29,21
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		588.00	14.52	18.81	78.16	541.34
Завтрак 2	СОК	192	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		192.00	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 ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02	7,81	3,35	92,79
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	189	3,52	4,05	8,88	97,52
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	40	0,7	3,4	2,27	42,64
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		729.00	19.01	22.69	86.92	562.24
Полдник	МОЛОКО	234	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	29	1,71	1,35	21,75	106,14
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		303.00	8.53	6.45	57.21	322.74
Ужин 1	САЛАТ "ЗИМНИЙ"	58	1,6	3,6	6,9	65,2
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,52	9,21	34,2	250,62
	БАТОН	34	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		452.00	11.33	13.19	59.13	399.94
Итого за день		2267.00	54.39	61.34	301.22	1912.26

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