

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценнос ть
			Белки	Жиры	Угледов ы	
14.07.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	35	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		440.00	9.62	12.40	54.16	366.66
Завтрак 2	СОК	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	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	63	2,14	6,05	4,66	81,18
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,16	3,44	13,44	93,6
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	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		673.00	16.19	33.86	47.29	558.49
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	28	1,93	1,52	24,44	119,29
Итого за полдник		228.00	7.53	6.42	33.74	224.09
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	148	17,56	13,93	29,37	309,49
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	35	2,27	0,38	19,41	90,05
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		473.00	21.92	21.51	67.99	543.10
Итого за день		2017.00	56.26	74.39	222.98	1778.34

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