

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.07.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	148	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,36	1,32	1,37	23,1
	БАТОН	38	2,1	0,35	17,99	83,3
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		409.00	18.45	17.32	39.65	408.57
Завтрак 2	ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		110.00	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 'ЛЕТНИЙ'	59	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 НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	74	9,99	14,18	0	175,98
	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		713.00	22.27	29.18	85.99	669.54
Полдник	КЕФИР	187	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	22	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН	29	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за полдник		238.00	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		1963.00	67.80	81.64	213.46	1844.10

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