

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Дудина Е.В.)
17.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углевод	
18.03.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	16	21,74	161,81
	КАША ПШЕН-НАЯ С МАСЛОМ (диета)	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		649,00	22,92	22,81	112,03	743,48
Завтрак 2	ЯБЛОКО	106	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		106,00	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 ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,17	0,07	12,94	52,48
	Итого за обед		720,00	24,05	21,28	98,55
Полдник	КЕФИР	198	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	11	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН	31	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за полдник		240,00	7,81	0,50	39,29	197,54
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	52	0,48	0	0,96	7,92
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	80	17,76	7,28	0	136,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	Итого за ужин 1		518,00	24,57	11,95	64,55
Итого за день		2236,00	79,75	56,94	324,22	2115,75

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