

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Угледо ды	
25.07.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,4	6,2	29,7	193
	БАТОН	37	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета)	40	3,16	0,56	32,76	148,8
	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	682.00	17.70	21.08	113.41	715.05
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 ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,5	3,1	1,7	36,4
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5,83	17,37	9,03	212,46
	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	700.00	14.06	26.92	63.36	567.29
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	5,04	4,2	38,08	212,8
Итого за полдник	270.00	10.64	9.10	47.38	317.60	
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1,05	9,92	7,71	124,32
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	29	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1	599.00	17.05	25.21	90.28	670.20	
Итого за день	2454.00	60.45	82.51	334.23	2356.14	

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