



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.01.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,95	6	21,74	161,83
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИОННО	13	3	3,87	0	47,47
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		418,00	12,28	13,23	48,11	358,42
Завтрак 2	СОК	200	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		200	1	0,2	19,79	86
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ "ДЕРЕВЕНСКИЙ"	60	2,59	5,52	3,42	73,2
	ЩИ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,65	5,19	10,76	102,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	КУРИНАЯ ПОДЛИВА	80	14,14	11,4	3,63	173,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	20	1,53	0,2	10,26	47,6
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		720,00	20,48	24,22	100,39	688
Полдник	ЙОГУРТ	191	5,8	5	22	156
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	70	2,9	3,3	43,8	119,9
Итого за полдник		220,00	5,70	5,00	38,16	275
Ужин 1	СВЕКЛА ПОРЦИОННО	60	0,9	0,06	5,28	25,2
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	3,07	4,16	27,65	131,85
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,69	102,34
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за день		465,00	14,06	6,36	65,65	453,1
		1923,00	53,33	49,21	261,59	1860,52

Исполнитель: Старшая м/с _____ (Матанцева Н.Ф.)
Шеф-повар: _____()