



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углевод ы	
27.06.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	25	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		430.		14,32	50,95	373,25
Завтрак 2	ЯБЛОКО	129	0,4	0,4	9,8	47
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1	5,07	3,03	27
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	3,91	14,25	127,33
	ПЕЧЕНЬ по - СТРОГАНОВСКИ	80	19,6	14,1	8,66	163
	БАТОН	30	1,52	0,2	10,26	80,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Итого за обед		720.00	32,54	27,12	76,28	599
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	70	4,59	8,62	38,08	250,49
Итого за полдник		270.00	10,64	9,1	47,38	317,6
Ужин 1	КАБАЧКОВАЯ ИКРА	60	1,1	5,3	4,6	71,4
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	11,78	13,59	4,8	187,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,9	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		455	16,52	16,22	48,9	436,29
Итого за день		1980.	59.34	61.50	232.20	1885,44

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

Шеф-повар: _____ ()