

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_ (С.Н. Вычугжанина)

16.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.01.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	201	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	178	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		409.00	9.90	11.61	50.54	351.55
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	199	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		199.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ `ДАЧНЫЙ`	56	0,9	2,7	26,3	52,9
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	179	2,81	3,67	7,27	75,56
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	71	10,8	15,33	0	190,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	180	0	0	14,49	58,32
Итого за обед		686.00	20.89	26.67	105.59	679.38
Полдник	КЕФИР	177	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		207.00	6.02	0.20	31.81	158.24
Ужин 1	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ И КАРТОФЕЛЕМ	193	23,79	13,6	24,95	316,81
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		448.00	25.69	15.75	50.10	445.31
Итого за день		1954.00	63.50	54.43	257.84	1720.48

Исполнитель: \_\_\_\_\_()

Шеф-повар: \_\_\_\_\_()