

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Самылова Марина
 Ивановна)
 16.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.05.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	КАША "ПОПУРРИ" С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (диета) 11,12 гр.	180	1,38	4,57	26,03	146,77
	БАТОН	27	1,62	0,27	13,88	64,26
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	ЧАЙ С САХАРОМ (диета) 11,12 гр.	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		772.00	9.24	17.21	82.52	503.44
Завтрак 2	ЯБЛОКО (диета) 7,9,10,12 гр.	120	0,48	0,48	11,76	56,4
	АПЕЛЬСИН	120	1,07	0,24	9,72	51,6
Итого за завтрак 2		240.00	1.55	0.72	21.48	108.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	5,07	3,03	57
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	243	3,79	4,96	9,82	102,06
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (диета) 7,11 гр.	200	2,3	2,69	9,98	73,6
	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	31	1,74	0,25	13,76	60,76
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого за обед		944.00	17.83	34.26	69.57
Полдник	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета) 12 гр.	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	5,04	4,2	38,08	212,8
	ПЕЧЕНЬЕ (диета) 7,11,12 гр.	36	0,04	0	28,58	115,56
Итого за полдник		486.00	10.79	9.13	76.00	433.98
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	60	3,18	10,23	9,34	141,92
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (диета) 7,11,12 гр.	150	5,56	4,85	33,71	208,94
Итого за ужин 1		605.00	21.15	25.80	88.29	692.39
Итого за день		3052.00	60.56	87.12	337.86	2409.72

Исполнитель: Кладовщик _____ (Закирова Татьяна Евгеньевна)
 Повар: _____ (Кобелева Светлана Владимировна)