

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Самылова Марина
Ивановна)
20.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.12.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета) 7,10 гр.	180	7,84	7,84	44,81	280,39
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета) 7,8,10,11 гр.	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		785.00	20.91	19.98	112.75	714.89
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
	ХЛЕБЦЫ (диета) 7,10,11 гр.	10	0,79	0,14	8,19	37,2
Итого за на весь день		15.00	0.79	0.14	8.19	37.20
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,5	57,9
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	199	2,16	3,44	13,44	93,6
	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ (диета) 7,10,11 гр.	199	2,64	3,44	11,44	87,2
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	75	6,68	26,11	1,02	299,08
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,09	0,09	23,73	97,1
Итого за обед		893.00	17.32	41.48	95.10	830.48
Полдник	МОЛОКО	196	5,49	4,8	9,11	102,7
	ЧАЙ С САХАРОМ (диета) 7,10 гр.	180	0	0	8,8	35,3
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
	МАРМЕЛАД (диета) 7,8,10,11 гр.	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		456.00	8.72	7.46	67.45	380.59
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	200	7,23	11,21	47,55	323,67
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	БАТОН	34	2,04	0,34	17,48	80,92
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ С РИСОМ И ИЗЮМОМ (диета) 7,8,10,11 гр.	200	3,44	6,15	36,56	212,96
Итого за ужин 1		664.00	13.02	17.73	106.23	638.27
Итого за день		2913.00	61.16	87.19	399.52	2648.43

Исполнитель: Кладовщик _____ (Закирова Татьяна Евгеньевна)

Повар: _____ (Кобелева Светлана Владимировна)