

УТВЕРЖДАЮ

17.05.2024

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 тк 84	199	5,39	7,22	22,35	175,55
	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ для аллергиков	203	4,5	5,9	22	159
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	198	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЧАЙ С САХАРОМ для аллергиков	200	0	0	9,78	39,21
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,39	71,4
	ХЛЕБЦЫ (диета)	9	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за завтрак 1		844.00	17.31	20.69	109.84	694.96
Завтрак 2	ЯБЛОКО	112	0,4	0,4	9,8	47
	ЧАЙ С САХАРОМ для аллергиков	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 2		312.00	0.40	0.40	19.58	86.21
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,1	5,3	4,6	71,4
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	194	5,12	3,6	14,88	112,8
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	132	3,17	3,92	14,25	127,33
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	КОМПОТ АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,2	0	14,3	59,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,82	0,4	22,38	98,78
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за обед		738.00	22.10	21.41	89.02	677.21
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ С САХАРОМ для аллергиков	200	0	0	9,78	39,21
	ПРЯНИКИ	31	2,72	2,15	34,56	168,66
Итого за полдник		430.00	8.32	7.05	53.64	312.67
Ужин 1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	57	0,8	4	3,4	57
	ОМЛЕТ	149	8,63	10,13	5,13	164,13
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ для аллергиков	130	3,11	3,96	32,35	177,1
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) для аллергиков	80	4,02	28,65	0	245,51
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,22	0,22	15,43	74,33
	БАТОН	29	1,78	0,3	15,26	70,79
	ХЛЕБЦЫ (диета)	7	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за ужин 1		652.00	20.93	47.68	96.14	900.46
Итого за день		2981.00	69.06	97.23	368.22	2671.51

Исполнитель: Заведующий _____ (Дудова Светлана Петровна)
Шеф-повар: _____ (Малых Лариса Вячеславовна)