

УТВЕРЖДАЮ

и.о. заведующего \_\_\_\_\_ (Бахтина И.С.)

20.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.01.2025						
Завтрак 1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	6,28	9,38	22,5	200,14
	БАТОН	35	1,8	0,3	15,42	71,4
	СЫР ПОРЦИЯМИ	18	4,16	5,36	0	65,73
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		413.00	12.35	15.07	37.96	338.09
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	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`	50	0,75	2,25	21,92	44,08
	БОРЩ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	4,2	5,36	12,42	123,24
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,79	4,84	39,6	216,37
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,17	0,07	12,94	52,48
Итого за обед		684.00	18.48	20.65	103.39	630.97
Полдник	КЕФИР	169	5,99	0,2	7,99	61,94
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
Итого за полдник		239.00	10.58	8.82	46.81	312.43
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	БАТОН	35	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за ужин 1		468.00	10.31	8.56	54.49	395.18
Итого за день		2009.00	52.72	53.30	262.45	1762.67

Исполнитель: Кладовщик \_\_\_\_\_ (Попова И.В.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ ( )