

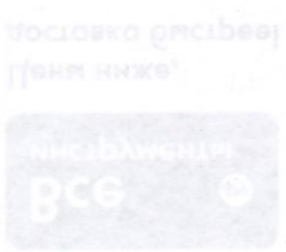


Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли (ДИЕТА № 20)

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Онучина Ольга Николаевна)
 16.05.2024

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.05.2024						
Завтрак 1	РИС ОТВАРНОЙ	150	3	3,3	34,05	173,7
	БАТОН	25	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0	0	8,31	33,33
Итого за завтрак 1		350.00	4.96	7.70	55.24	310.02
Завтрак 2	ЯБЛОКО	120	0,48	0,48	11,76	56,4
Итого за завтрак 2		120.00	0.48	0.48	11.76	56.40
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,67	3,38	2,02	38
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	150	2,16	1,72	11,52	70,2
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,14	3,61	11	103,52
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	50	2,51	17,91	0	153,44
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,11	0,2	8,09	39,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		550.00	8.83	27.96	42.81	456.83
Полдник	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	170	0,11	0,03	0,03	0,86
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		200.00	0.14	0.03	23.85	97.16
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	0,44	2,67	1,96	35,11
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	30	2,29	0,3	15,39	78,59
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		400.00	7.97	7.84	74.16	406.26
Итого за день		1623.00	22.38	44.01	207.82	1326.67

Исполнитель: Калькулятор _____ (Прозорова Анна Александровна)
 Шеф-повар: _____ (0)



8 800 322-83-38

+7 (495) 130-22-00