



Заведующий (Онучина Ольга Николаевна)
17.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	180	4,37	4,77	23	152,06
	БАТОН	24	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		409.00	9.53	11.87	51.58	355.75
Завтрак 2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
	ЯБЛОКО (ДИЕТА № 1) гр. Фантазёры 1 чел.	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		280.00	0.86	0.40	21.68	97.67
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	180	3,31	3,74	14,98	107,28
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	2,35	2,51	13,18	85,69
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	70	13,62	30,38	6,62	342,61
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31,45	1,73	0,31	12,74	61,64
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		650.45	23.25	42.99	61.68	717.05
Полдник	МОЛОКО	199,41	5,58	4,89	9,27	104,49
	ПРЯНИКИ	34	2,01	1,59	25,5	124,44
	ПЕЧЕНЬЕ (ДИЕТА №25) гр. Печемучки 1 чел.	45	0,04	0	35,73	144,45
Итого за полдник		278.41	7.63	6.48	70.50	373.38
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	150	17,8	14,12	29,77	313,67
	СОУС СМЕТАННЫЙ	49	0,6	2,2	2,29	38,5
	БАТОН	39	3,05	0,4	20,52	104,79
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		477.00	23.00	20.99	67.91	549.66
Итого за день		2099.86	64.27	82.73	273.35	2093.51
Среднее значение за период		2018.53	56.28	74.13	248.17	1875.05

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