



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Царегородцева А.Н.)
02.12.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
02.12.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	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		470.00	18.09	20.62	68.25	533.98
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	194	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		294.00	1.40	0.60	29.60	133.00
На весь	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	4	4,5	57,9
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	198	2,16	3,44	13,44	93,6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	80	7,13	27,85	1,09	319,02
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		718.00	16.24	39.89	79.98	752.42
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за полдник		250.00	7.42	5.20	40.60	240.40
Ужин 1	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	149	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		434.00	30.08	15.30	58.90	500.73
Итого за день		2171.00	73.23	81.61	277.33	2160.53

Исполнитель:  (Костина Н.Н.)

повар:  (Демышева О.Е.)