


  
 УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий (Царегородцева А.Н)  
 29.11.2024

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.11.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	199	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		428.00	10.49	12.06	52.86	363.33
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	199	3,52	4,05	8,88	97,52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	304,35
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	83	11,21	15,9	0	197,38
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,07	0,3	16,43	72,52
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
Итого за обед		739.00	21.97	29.96	84.28	810.67
Полдник	МОЛОКО	198	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		238.00	6.82	5.10	35.46	216.60
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	78	13,44	4,88	3,56	122
	БАТОН	46	2,84	0,47	24,34	112,7
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		453.00	19.56	9.30	42.19	356.85
Итого за день		1963.00	59.24	56.82	224.59	1800.45

Исполнитель: Костина Н.Н. (Костина Н.Н)  
 повар: Демышева О.Е. (Демышева О.Е)