

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____
11.03.2025

Менюготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
12.03.2025					
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	199	6,24	6,1	29,55
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7
Итого за завтрак 1		427.00	10.99	13.20	58.15
Завтрак 2	МАНДАРИН	100	0,56	0,14	15,2
	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8
Итого за завтрак 2		300.00	1.56	0.34	35.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0
Итого за на весь день		5.00			
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	61	0,96	3,06	4,62
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	12,46	11,31	17,26
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	2,78	0,4	22,06
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96
Итого за обед		718.00	25.64	18.95	81.23
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	68	4,63	9,57	30,11
Итого за полдник		267.00	10.23	14.47	39.41
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16
	ОМЛЕТ	149	8,63	10,13	5,13
	БАТОН	33	2,1	0,35	17,99
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04
Итого за ужин 1		422.00	11.53	13.58	26.32
Итого за день		2139.00	59.95	60.54	240.11
Среднее значение за период		2139.00	59.95	60.54	240.11

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()