

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ ()
 29.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.01.2025						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	198	4,8	5,04	28,36	169,78
	БАТОН	37	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		420,00	6,46	9,47	41,30	267,60
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	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	59	0,8	3,9	4	55,2
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,06	8,88	97,52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,58	37,33	204,35
	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	79	13,19	9,79	3,07	153,29
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	2,87	0,41	22,77	100,53
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		721,00	23,97	22,74	85,75	649,59
Полдник	КЕФИР	173	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,87	30	146,4
Итого за полдник		213,00	7,75	2,05	37,19	202,15
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,17	3,92	14,27	127,54
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	79	13,5	4,9	3,58	116,49
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
	БАТОН	37	1,5	0,25	12,85	59,5
Итого за ужин 1		445,00	18,63	9,07	42,58	354,20
Итого за день		1924,00	57,29	43,81	218,58	1529,94
Среднее значение за период		1924,00	57,29	43,81	218,58	1529,94

Исполнитель: _____ ()

Шеф-повар: _____ ()