

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ /
16.06.2024

Меню приготовляемого блюда
Категория: Ислам

Пример пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.06.2024						
Завтрак 1	КАША АССОРТИ	141	3,61	3,79	21,34	127,76
	БАТОН	30	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦУЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	171	2,56	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		347,00	8,04	10,62	48,37	315,36
Завтрак 2	Яблоко	100	0,42	0,42	9,79	47
Итого за завтрак 2		100,00	0,42	0,42	9,79	47,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ С ЧЕСНОКОМ	40	0,44	2,67	1,96	35,11
	СУП "ВОЛНА" С МЯСОМ ПТИЦЫ	177	3,63	5,5	16,32	167,94
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	БРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	61	4,37	13,03	6,77	159,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА С ИЗЮМОМ	160	0,29	0,06	14,63	56,56
Итого за обед		588,00	12,71	23,99	59,94	547,22
Полдник	МОГУРТ	145	5,22	4,5	19,8	140,4
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		165,00	5,24	4,50	35,68	204,60
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ	30	1,2	0,13	2,67	15
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	3,12	4,4	31,28	101,12
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	13,1	10,77	5,51	171,42
	БАТОН	30	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,62
Итого за ужин 1		420,00	19,03	15,53	52,35	348,66
Итого за день		1631,00	45,44	55,11	206,13	1463,07
Среднее значение за период		1631,00	45,44	55,11	206,13	1463,07

Исполнитель: _____ /

Шеф-повар: _____ /