



и.о. заведующего (Новокрещенова
Екатерина Михайловна)

17.05.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	190	4,86	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	49	3,9	0,51	26,19	133,71
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	192	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		436.00	12.01	12.66	67.50	440.87
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.79	86.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	57	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	193	3,68	4,16	16,64	119,2
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	5,06	6,73	36,6	136,49
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	78	18,27	21,24	7,57	297,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,75	0,5	20,25	98
	ПОДЛИВ	45	0,4	1,9	3,5	33,7
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	199	0	0	10,78	43,02
Итого за обед		802.00	32.30	40.58	100.00	808.74
Полдник	МОЛОКО	185	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	55	3,25	2,57	41,25	201,3
Итого за полдник		240.00	8.85	7.47	50.55	306.10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	59	0,75	3,27	3,92	48,64
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	142	12,88	11,74	20,25	272,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ	49	0,6	2,2	2,29	38,5
	БАТОН	29	2,27	0,3	15,26	77,92
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	174	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		453.00	17.30	18.51	53.13	482.00
Итого за день		2136.00	71.46	78.42	290.97	2123.71

Исполнитель: _____ (Вылегжанина Наталья Михайловна)

Шеф-повар: _____ (Окулова Елена Владимировна)