

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.05.2024						
Завтрак 1	КАША "АССОРТИ"	198	5,1	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	28	1,83	0,3	15,64	72,43
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	196	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		427.00	9.88	12.45	56.66	381.33
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	194	0,97	0,19	19,3	83,84
Итого за завтрак 2		194.00	0.97	0.19	19.30	83.84
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	59	1,73	3,71	4,82	59,58
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,12	4,08	8,08	84
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	149	3,25	3,08	12,67	96,58
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	80	9,2	8,7	13,5	176,09
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	2,82	0,4	22,34	98,63
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	179	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		719.00	20.30	20.06	75.37	572.03
Полдник	СНЕЖОК	198	5,6	5	22	154
	ПАСТИЛА	25,8	0,13	0	20,85	79,98
	ПЕЧЕНЬЕ	17	0,02	0	14,21	57,44
Итого за полдник		240.80	5.75	5.00	57.06	291.42
Ужин 1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	4	3,4	57
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,52	9,21	34,2	250,62
	БАТОН	42	2,76	0,46	23,61	109,33
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	177	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		460.00	11.12	13.67	70.36	453.73
Итого за день		2045.80	48.02	51.37	278.75	1782.35

Исполнитель  (Пономарева А.В.)

Шеф-повар  (Луцикова М.Л.)