



Заведующий (Никилина С.А.)

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	199	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	31	1,79	0,3	15,32	70,94
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	195	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		430.00	9.91	12.45	56.63	378.10
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	193	0,97	0,19	19,3	83,83
	АПЕЛЬСИН	72	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		265.00	1.86	0.39	27.40	126.83
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ 'МОЗАИКА'	59	1,72	4,42	6,09	71,34
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	СЛОЖНЫЙ ГАРНИР: ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ, КАПУСТА ТУШЕНАЯ	149	3,41	4,33	14,75	126,25
	КОТЛЕТЫ (СВИНИНА)	80	9,93	23,35	10,18	278,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,9	0,41	22,97	101,38
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	176	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		714.00	20.94	34.80	78.85	709.52
Полдник	МОЛОКО	198	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	34,2	2,02	1,6	25,65	125,17
Итого за полдник		232.20	7.62	6.50	34.95	229.97
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	59	0,7	3,05	10,38	63
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	148	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	48	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	40	2,29	0,38	19,54	90,67
	ЧАЙ С САХАРОМ	196	0	0	9,78	39,21
Итого за ужин 1		491.00	29.74	18.19	71.77	570.29
Итого за день		2137.20	70.07	72.33	269.60	2014.71

Исполнитель  (Пonomарева А.В.)

Шef-повар  (Луцикова М.Л.)