



Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Люкс

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Эн.ценность |
|------------|--------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------|
|            |                    |           | Белки            | Жиры | Углеводы |             |

|                    |                         |        |      |      |       |        |
|--------------------|-------------------------|--------|------|------|-------|--------|
| Завтрак 1          | КАША 'АССОТИ'           | 150    | 3,61 | 3,79 | 21,34 | 127,76 |
|                    | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ    | 39     | 1,6  | 0,6  | 23,1  | 103,9  |
|                    | КАКАО С МОЛОКОМ         | 180    | 2,61 | 2,25 | 13,38 | 88,92  |
|                    | ЧАЙ С САХАРОМ диета     | 180    | 0    | 0    | 8,8   | 35,3   |
|                    | Итого за завтрак 1      | 549,00 | 7,82 | 6,64 | 66,62 | 355,88 |
| Завтрак 2          | СОК (фруктовый/овощной) | 100    | 0,5  | 0,1  | 9,89  | 43     |
| Итого за завтрак 2 |                         | 100,00 | 0,50 | 0,10 | 9,89  | 43,00  |

|                     |                              |        |       |       |       |        |
|---------------------|------------------------------|--------|-------|-------|-------|--------|
| Обед                | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ | 40     | 0,67  | 3,93  | 3,27  | 55,2   |
|                     | СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 180    | 2,81  | 3,67  | 7,27  | 75,6   |
|                     | КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ    | 120    | 3,03  | 3,87  | 31,68 | 173,1  |
|                     | БИТОЧКИ ИЗ КУР               | 60     | 6,55  | 6,33  | 10,56 | 121,53 |
|                     | ПОДЛИВ                       | 30     | 0,24  | 1,14  | 2,1   | 20,22  |
|                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                  | 20     | 1,12  | 0,16  | 8,8   | 39,2   |
|                     | БАТОН                        | 20     | 1,2   | 0,2   | 10,28 | 47,6   |
|                     | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ  | 150    | 0     | 0     | 8,08  | 32,25  |
|                     | Итого за обед                | 620,00 | 15,62 | 19,30 | 82,04 | 564,70 |
|                     | Подник                       | КЕФИР  | 170   | 5,39  | 0,18  | 7,19   |
| ЧАЙ С САХАРОМ диета |                              | 180    | 0     | 0     | 8,8   | 35,3   |
| ПРЯНИКИ             |                              | 30     | 1,77  | 1,4   | 22,5  | 109,8  |
| Итого за подник     |                              | 380,00 | 7,16  | 1,58  | 38,49 | 200,85 |

|        |                          |         |       |       |        |         |
|--------|--------------------------|---------|-------|-------|--------|---------|
| Ужин 1 | КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ        | 150     | 3,84  | 14    | 15,32  | 242,26  |
|        | СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ | 30      | 0,12  | 0     | 2,76   | 11,94   |
|        | ХЛЕБ РЖАНОЙ              | 20      | 1,1   | 0,2   | 8,1    | 39,2    |
|        | БАТОН                    | 29      | 2,1   | 0,35  | 17,99  | 83,3    |
|        | ЧАЙ БЕЗ САХАРА           | 180     | 0,11  | 0,03  | 0,04   | 0,82    |
|        | Итого за ужин 1          | 409,00  | 7,27  | 14,58 | 44,21  | 377,52  |
|        | Итого за день            | 2061,00 | 38,37 | 42,20 | 241,25 | 1541,95 |

Исполнитель: *Ветрова*  
Шеф-повар: *Лавров*