



Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад корпус 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.01.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,71	4,5	16,3	121,37
	БАТОН	35	2,67	0,35	17,96	91,69
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за завтрак 1		588,00	14,70	12,28	72,39	462,66
Завтрак 2	ЯБЛОКО	145	0,61	0,61	14,19	68,15
Итого за завтрак 2		145,00	0,61	0,61	14,19	68,15
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ 'ДЕРЕВЕНСКИЙ'	42	1,68	3,68	2,28	48,8
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	ПЛОВ С КУРОЙ	160	33,16	71,34	9,64	774,82
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		562,00	41,10	78,56	45,54	1016,19
Полдник	КЕФИР С САХАРОМ	200	5,99	0,2	7,99	61,94
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		270,00	9,29	6,36	51,60	305,06
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	40	0,61	2,58	2,75	37,96
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	105,48
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	60	14,3	10,12	11,17	191,81
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,21	0,22	8,91	43,12
	БАТОН	33	2,63	0,38	16,22	78,64
Итого за ужин 1		455,00	21,25	16,63	70,32	493,69
Итого за день		2025,00	86,95	114,44	254,04	2345,75
Среднее значение за период		2025,00	86,95	114,44	254,04	2345,75

Исполнитель: \_\_\_\_\_ (Носкова Л.А.)  
 Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Зсаулова Е.В.)