



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Воронкова Е.А.)
10.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад корпус 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.01.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,65	3,97	19,17	126,72
	БАТОН	35	2,67	0,35	17,96	91,69
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,67	111,6
Итого за завтрак 1		580,00	11,74	11,35	75,92	459,05
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 "МОЗАИКА"	40	1,15	2,95	4,06	47,56
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	180	3,31	3,74	14,98	107,28
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	3,25	3,08	12,66	96,58
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	60	11,68	26,04	5,68	293,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,59	0,29	11,75	56,84
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,07	11,63	47,63
Итого за обед		609,00	21,13	36,17	60,76	649,55
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	38	2,25	1,78	28,5	139,08
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		238,00	7,31	6,19	52,75	297,60
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	30	0,34	1,5	2,85	26,56
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	149	17,8	14,12	29,77	313,67
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,29	38,5
	БАТОН	32	2,44	0,32	16,42	83,83
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	120	5,88	3,84	27	166,56
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		561,00	27,86	22,98	89,74	673,17
Итого за день		2193,00	69,04	76,89	298,96	2165,37
Среднее значение за период		2193,00	69,04	76,89	298,96	2165,37

Исполнитель: _____ (Носкова Л.А.)
Шеф-повар: _____ (Эсаулова Е.В.)