



Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад корпус 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.02.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	11,16	10,17	17,55	236,5
	ПОВИДЛО	30	1,6	0,6	23,1	103,9
	БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		570,00	18,33	17,60	71,32	551,03
Завтрак 2	ЯБЛОКО	135	0,57	0,57	13,22	63,45
Итого за завтрак 2		135,00	0,57	0,57	13,22	63,45
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	40	0,48	2,07	3,77	35,64
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,65	4,99	7,69	107,84
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	120	3,38	4,49	24,4	90,99
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	70	8,1	11,5	0	142,69
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,67	0,24	12,12	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
Итого за обед		660,00	19,50	27,54	65,46	548,24
Полдник	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	1,18	0,93	15	73,2
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		240,00	7,19	1,13	38,87	199,34
Ужин 1	САЛАТ "ЗДОРОВЬЕ"	39	0,64	1,36	2,72	24,8
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	160	10,39	18,65	22,4	300,03
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,04	0,19	7,7	37,24
	БАТОН	30	2,29	0,3	15,39	78,59
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		458,00	14,64	21,64	59,46	497,66
Итого за день		2068,00	60,23	68,48	248,33	1859,72
Среднее значение за период		2068,00	60,23	68,48	248,33	1859,72

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