

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад корпус 2



(Боронкова Е.А.)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.05.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	180	4,85	6,5	20,12	158
	БАТОН	34	2,71	0,35	18,18	92,78
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
		399,00	10,49	13,43	52,48	378,91
Итого за завтрак 1		150	0,56	0,56	13,72	65,8
Завтрак 2	ЯБЛОКО	200	1	0,2	19,79	86
	СОК (фруктовый/овощной)	340,00	1,56	0,76	33,51	151,60
Итого за завтрак 2		5	0	0	0	0
На весь день	Соль йодированная	5,00				
Итого за на весь день		60	0,73	4,54	3,74	60,69
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	200	3,12	4,08	8,08	84
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,16	3,91	14,25	127,33
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	80	7,89	7,89	3,19	136
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	180	0	0	9,7	38,7
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	700,00	16,55	20,72	51,11	505,82
		100	2,8	2,45	4,65	52,4
Итого за обед		20	1,18	0,93	15	73,2
Полдник	МОЛОКО	20	0,02	0	15,38	64,2
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	0,02	0	15,38	64,2
	ПЕЧЕНЬЕ	140,00	4,00	3,38	35,53	189,60
Итого за полдник		57	1,8	0,2	4	24
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый	150	11,78	13,59	4,8	187,5
	ОМЛЕТ	18	0,99	0,18	7,29	35,28
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,54	0,36	15,68	75,95
	БАТОН	180	0,2	0,2	13,89	66,9
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	436,00	17,31	14,53	45,66	389,63
Итого за ужин 1		2020,00	49,91	52,82	218,29	1615,96
Итого за день		2020,00	49,91	52,82	218,29	1615,96
Среднее значение за период						

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