

И. В. Зверев



Б. С. Сидорова

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад корпус 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.02.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	150	4,25	3,98	24,42	149,98
	БАТОН	35	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
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за завтрак 1		549,00	10,01	10,92	56,82	371,80
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
	ЯБЛОКО	145	0,81	0,61	14,19	68,15
Итого за завтрак 2		345,00	1,61	0,81	33,98	154,15
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	47	0,8	3,9	4	55,2
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,94	3,1	12,1	84,24
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	130	2,66	3,61	23,96	114,27
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	60	6,24	24,37	0,95	279,14
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
	Итого за обед		637,00	13,39	35,28	62,66
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,42	8,38	94,32
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		250,00	8,26	7,08	49,98	304,81
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	2,82	11,6	4,18	133,07
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	7,51	9,2	34,19	250,61
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	0,99	0,18	7,29	35,28
	БАТОН	32	2,63	0,38	16,19	78,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		420,00	13,95	21,36	70,65	532,65
Итого за день		2256,00	47,22	75,45	274,09	1993,71
Среднее значение за период		2256,00	47,22	75,45	274,09	1993,71

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