



Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад корпус 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
05.03.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	180	4,23	4,41	14,4	113,22
	БАТОН	30	2,29	0,3	15,4	78,59
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,09	4,59	0,3	63
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		435,00	14,54	15,88	44,28	382,94
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	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,32	0	0,64	5,28
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	59,96
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,16
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	13,17	5,3	4,81	120,37
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,59	0,29	11,75	56,54
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	17,89	74,1
Итого за обед		729,00	20,65	18,47	61,11	522,81
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		200,00	5,06	4,41	24,25	158,52
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,7	3,05	10,38	63
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	150	9,46	9,12	20,31	232,14
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	38	3,03	0,43	18,67	90,44
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		458,00	13,91	14,50	51,39	413,54
Итого за день		2027,00	55,16	53,46	200,82	1563,81
Среднее значение за период		2027,00	55,16	53,46	200,82	1563,81

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