



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад корпус 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
07.02.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	25	1,91	0,25	12,83	65,49
	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		540,00	9,00	12,28	43,81	326,19
Завтрак 2	ЯБЛОКО	145	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		345,00	1,40	0,60	29,59	133,00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	40	0,39	0,03	5,84	23,76
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,81	3,67	7,27	75,6
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,74	3,39	12,35	110,35
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5,83	17,37	9,03	212,46
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		640,00	13,60	24,85	60,60	538,12
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА 'ВЕСНУШКА'	50	3,6	3	27,2	152
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		270,00	9,22	7,90	52,38	321,00
Ужин 1	САЛАТ 'ЗДОРОВЬЕ'	40	0,64	1,36	2,72	24,8
	ОМЛЕТ	150	11,78	13,59	4,8	187,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	30	2,39	0,34	14,74	71,4
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,2	13,89	66,9
Итого за ужин 1		420,00	16,11	15,69	44,25	389,80
Итого за день		2175,00	49,33	61,32	230,63	1708,11
Среднее значение за период		2175,00	49,33	61,32	230,63	1708,11

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