



Заведующий

14.01.2025

Боронкова

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.01.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,09	5,73	25,03	174,51
	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ диета	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 1		829.00	15.71	18.13	88.97	580.38
Завтрак 2	ЧАЙ С САХАРОМ диета	200	0	0	9,78	39,21
	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		400.00	1.00	0.20	29.58	125.21
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С	50	0,57	2,56	2,63	31,68
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ	120	22,82	3,68	46,38	309,88
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	79	5,63	20,8	6,51	227,63
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,17	0,07	12,94	52,48
Итого за обед		683.00	40.13	31.44	105.11	851.17
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	180	0	0	8,8	35,29
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	70	4,63	9,57	30,11	243
Итого за полдник		430.00	9.67	13.98	47.28	372.61
Ужин 1	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ОМЛЕТ	149	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	24	1,48	0,25	12,7	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
Итого за ужин 1		602.00	22.36	31.38	58.19	617.09
Итого за день		2949.00	88.87	95.13	329.13	2546.46

Исполнитель:

*Боньва* ( )

Шеф-повар:

*Кочев* ( )