

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Токмолаева Е.Н)

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.12.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4.96	6	21.74	161.81
	КАКАО С МОЛОКОМ	199	2.9	2.5	14.87	98.86
	БАТОН	25	1.5	0.25	12.85	59.5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3.87	0	47.47
Итого за завтрак 1		437.00	12.36	12.62	49.46	367.64
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	97	0.89	0.2	8.1	43
Итого за завтрак 2		97.00	0.89	0.20	8.10	43.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	58	0.5	3	1.5	37
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5.17	5.54	8.54	119.82
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3.11	3.96	32.35	177.1
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11.39	9.6	5.9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.68	0.24	13.32	58.8
	БАТОН	20	1.2	0.2	10.28	47.6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0.2	0.1	15.51	63.5
	Итого за обед		718.00	23.25	22.64	87.40
Полдник	ЙОГУРТ	211	5.8	5	22	156
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	4.48	3.72	36.01	204.81
Итого за полдник		281.00	10.28	8.72	58.01	360.81
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0.9	3	3.9	47.9
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.17	3.92	14.25	127.33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	79	3.66	4.1	2.7	102.35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.12	0.16	8.8	39.2
	БАТОН	35	2.1	0.35	17.99	83.3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8.8	35.3
Итого за ужин 1		524.00	10.95	11.53	56.44	435.38
Итого за день		2062.00	57.73	55.71	259.41	1873.65
Среднее значение за период		2062.00	57.73	55.71	259.41	1873.65