

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углево	
17.06.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,95	6	21,74	161,83
	БАТОН	27	2,06	0,27	13,85	70,73
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	193	3,09	2,61	15,15	97,18
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
Итого за завтрак 1		438.00	13.15	16.90	50.79	414.71
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	103	0,52	0,1	10,19	44,29
	АПЕЛЬСИН	87	0,77	0,17	7,05	37,41
Итого за завтрак 2		190.00	1.29	0.27	17.24	81.70
На весь	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	9,97	8,4	5,16	142,63
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	2,57	0,37	18,58	90,16
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,17	0,07	12,94	52,48
Итого за обед		706.00	22.32	20.01	92.79	650.32
Полдник	СНЕЖОК	165	4,62	4,13	18,15	127,05
	ПЕЧЕНЬЕ	26	0,03	0	20,64	83,46
Итого за полдник		191.00	4.65	4.13	38.79	210.51
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,48	0	0,96	7,92
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	131,85
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	БАТОН	27	2,06	0,27	13,85	70,73
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		497.00	12.75	6.03	55.51	324.68
Итого за день		2025.00	54.16	47.34	255.12	1681.92

Исполнитель: ИО заведующего  (Козулина Ю.О.)

Шеф-повар:  (Табак Т.В.)