

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий



Л.А.Кононова

16.05.2024

Менюготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.05.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	25	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		430.00	10.55	14.32	50.93	379.24
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	58	1	5,07	3,03	57
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	197	3,12	4,08	8,08	84
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5,83	17,37	9,03	212,46
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	3,91	14,25	127,33
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		695.00	14.76	30.73	56.24	578.29
Полдник	МОЛОКО	199,46	5,58	4,89	9,27	104,52
	БУЛОЧКА `ВЕСНУШКА`	69	5,04	4,2	38,08	212,8
Итого за полдник		268.46	10.62	9.09	47.35	317.32
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	56	3,18	10,23	9,34	141,92
	ОМЛЕТ	150	11,78	13,59	4,8	187,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29,46	1,62	0,29	11,93	57,74
	БАТОН	17,73	1,41	0,2	8,71	42,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		433.19	17.99	24.31	43.58	464.65
Итого за день		1931.65	54.32	78.85	207.90	1786.50
Среднее значение за период		1931.65	54.32	78.85	207.90	1786.50