

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Н.И. Колесникова)

16.05.2024

Меню приготавливаемых 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
	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ диета (гр.Попугайчики)	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	БАТОН	29	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр.Попугайчики, Гусельки, Считалочка, Петушки	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Окуньки, Гусельки, Считалочка, Почемучки)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		864.00	20.90	23.93	114.91	759.34
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Окуньки, Машенька, Гусельки, Считалочка, Почемучки)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 2		400.00	1.13	0.23	19.84	87.01
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С	60	0,9	3	3,9	47,9
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	198	3,2	5,09	6,48	95,6
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	РИС ОТВАРНОЙ диета (гр,Машенька)	150	3	3,3	34,05	173,7
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	79	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,18	0	12,87	53,55
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Окуньки, Гусельки, Считалочка)	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за обед		1019.00	23.63	25.18	90.81	720.70
Полдник	МОЛОКО	167	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Почемучки, Гусельки, Считалочка)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ	20	2,06	3,96	8,52	78
	ПЕЧЕНЬЕ	26	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		413.00	7.82	8.89	41.68	280.11
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА	59	1,6	3	3,79	49
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ диета (гр.Попугайчики, Гусельки, Считалочка, Почемучки)	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	40	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		651.00	24.22	37.85	55.20	676.74
Итого за день		3352.00	77.70	96.08	322.44	2523.90

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()