

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Н.И.Колесникова)

17.05.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ диета (гр.Ладушки)	200	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	25	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		870.00	19.39	21.83	100.51	677.60
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Окуньки, Гусельки, Считалочка, Почемучки, Машенька)	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 "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ	59	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,12	2,24	16	96,8
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,71	2,9	15,22	98,98
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета (гр.Гусельки, Считалочка, Почемучки)	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	80	9,93	23,35	10,18	278,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Окуньки)	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за обед		1049.00	23.47	39.47	110.71	876.47
Полдник	МОЛОКО	182	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Гусельки, Считалочка, Почемучки)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ПРЯНИКИ	32	1,76	1,39	22,37	109,18
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета (гр.Попугайчики, Гусельки, Считалочка, Петушки)	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		434.00	9.55	10.28	40.23	292.99
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	149	17,8	14,12	29,77	313,67
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА) диета (гр.Гусельки, Считалочка, Почемучки)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	28	2,24	0,37	19,15	88,85
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		667.00	32.76	41.72	87.61	845.37

Итого за день	3425.00	86.30	113.53	358.90	2779.44
---------------	---------	-------	--------	--------	---------

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()