



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.02.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,23	22,35	175,55
	БАТОН	23	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		428.00	10.55	14.33	50.93	379.24
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.79	86.00
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	60	0,58	0,04	8,76	35,64
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	200	3,68	4,16	16,64	119,2
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	3,91	14,25	127,33
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	79	5,85	17,45	9,06	213,37
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1,6	0,29	11,78	57,02
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		685.00	14.87	25.85	70.19	591.26
Полдник	МОЛОКО	187	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА 'ВЕСНУШКА'	70	5,04	4,2	38,08	212,8
Итого за полдник		257.00	10.64	9.10	47.38	317.60
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1,05	9,92	7,71	124,32
	ОМЛЕТ	150	11,78	13,59	4,8	187,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	32	2,71	0,36	18,24	93,14
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		437.00	17.19	24.17	51.70	499.05
Итого за день		2009.00	54.25	73.65	239.99	1873.15

Исполнитель: _____ ()
Шеф-повар: _____ ()