

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий *Вал*  
20.11.2024

Менюготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.11.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	134	14,52	13,97	21,41	283,24
	СОУС СМЕТАННЫЙ	29	0,36	1,33	1,38	23,26
	БАТОН	38	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за завтрак 1		366,00	16,96	19,73	35,71	410,40
Завтрак 2	ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74	61,1
Итого за завтрак 2		130,00	0,52	0,52	12,74	61,10
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38,02
	СУП 'ВОЛНА' С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	4,03	6,11	18,13	186,6
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	82	7,1	1,6	3,9	77,4
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	47	0,89	4,28	2,85	53,68
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	2,79	0,51	20,56	99,51
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		741,00	19,40	21,07	97,40	620,31
Полдник	КЕФИР	164	5,97	0,2	7,97	61,78
	ПАСТИЛА	32	0,1	0	16,16	62
Итого за полдник		196,00	6,07	0,20	24,13	123,78
Ужин 1	САЛАТ 'ОСЕННИЙ'	60	1,06	3,17	7,54	63,06
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	10	0,22	0,2	0,84	6,44
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	70	13,25	27,84	0,78	292,75
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	13	1,59	0,29	11,7	56,62
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		333,00	16,12	31,50	29,66	454,16
Итого за день		1789,00	59,07	73,02	199,64	1669,75

21 ноября

Исполнитель: \_\_\_\_\_  
Шеф-повар: \_\_\_\_\_