

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад



Примечание	Наименование Блюда	Вес Блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.07.2020						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5.99	7.22	22.50	172.59
	БАТОН	20	1.5	0.26	12.85	66.9
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.28	4.15	0.65	37.8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	100	3.2	3.7	18.7	100.7
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета 01.05)	100	3.59	4.57	37.33	204.35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ(диета 01.05)	18	1.43	0.2	11.2	49.80
Итого за завтрак 1		612.00	15.18	15.29	99.48	627.49
Завтрак 2	ЯБЛОКО	90	0.4	0.4	9.9	47
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА(диета 01.05)	100	0.11	0.02	0.04	0.82
Итого за завтрак 2		290.00	0.51	0.43	9.94	47.82
На весь день		3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0.5	3.1	1.7	36.4
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	3.67	3.27	6.24	69.2
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.17	3.90	14.35	127.39
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	91	5.83	17.27	9.03	212.46
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	54	1.88	0.24	13.32	58.8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	100	0	0	9.7	38.7
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ(диета 01.05)	91	5.63	20.8	6.51	227.85
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА(диета 01.05)	100	0.13	0.03	0.04	1.01
Итого за обед		960.00	20.81	48.73	60.79	787.53
Полдник	МОЛОКО	201	5.8	4.9	9.3	104.8
	БУЛОЧКА 'ВЕСНУШКА'	70	3.94	4.2	36.98	212.8
	БАТОН(диета 01.05)	58	3	0.5	25.7	119
	ХЛЕБ РЖАНОЙ(диета 01.05)	57	2.77	0.3	20.36	98.54
Итого за полдник		386.00	15.41	10.10	63.44	535.18
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1.08	9.92	7.71	124.32
	ОМЛЕТ	140	8.63	10.13	5.13	164.13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	54	1.88	0.24	13.32	58.8
	БАТОН	20	2.1	0.35	17.99	83.3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0.13	0.03	0.04	1.01
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ (диета 01.05)	60	1	4	4.5	57.9
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ(диета 01.05)	130	2.27	3.35	10.73	91.3
Итого за ужин 1		612.00	18.86	28.02	59.42	580.96
Итого за день		2634.00	69.55	106.37	322.87	2376.98

Исполнитель: Кладовщик _____ (Миронов А. А.)
Шеф-повар _____ (Тетрова Е. Г.)

Меню приготавливаемых блюд Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.07.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета 09)	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА(диета 09)	180	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		660,00	11,47	15,94	73,69	483,78
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,8	47
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА(диета 09)	180	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 2		275,00	0,53	0,43	9,84	48,01
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0,28	2,04	1,15	24,79
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180	3,23	3,06	5,61	76,67
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	60	4,37	13,03	6,77	159,35
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ(диета 09)	120	2,34	3,94	12	112,93
Итого за обед		690,00	13,87	25,36	53,81	547,05
Полдник	МОЛОКО	181	5,04	4,41	8,37	94,32
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50	3,6	3	27,2	152
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА(диета 09)	180	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за полдник		411,00	8,77	7,44	35,61	247,33
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,7	6,61	5,14	82,88
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за ужин 1		430,00	12,94	17,31	39,05	378,22
Итого за день		2469,00	47,58	66,48	212,00	1704,39

Исполнитель: Кладовщик _____ (Мисник А. А.)
Шеф-повар: _____ (Егорова Е.Г.)