

Меню приготавливаемых блюд. Категория: Сад Гуменюк М.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Халявина И. В.)
02.07.2025

Итого приготавливаемых блюд. Категория: Сад Гумюнюк М.						
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.07.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	150	9,46	9,12	20,31	232,14
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,36	1,32	1,37	23,1
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		415.00	12.08	14.97	39.76	376.86
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	80	10,8	15,33	0	190,25
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,2	0,1	15,51	63,5
Итого за обед		1014.00	35.28	46.63	110.35	982.18
Полдник	ЙОГУРТ	155	5,2	4,48	19,71	139,77
Итого за полдник			5.23	4.48	43.53	236.07
Ужин 1	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	60	1,73	3,71	4,82	59,58
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	80	15,14	31,82	0,89	334,57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		496.00	21.80	38.85	40.50	584.83
Итого за день		2313.00	75.39	105.13	253.94	2265.94
Исполнитель: Кладовщик (Ретюшкина Е. В.)						

Исполнитель: Кладовщик _____ (Ветошкина Е. В.)