

# меню приготавливаемых блюд

дата

|      |       |      |
|------|-------|------|
| 1    | 3     | 2024 |
| день | месяц | год  |

| Неделя | День недели | Прием пищи     | Раздел меню | Блюда                                     | Вес блюда, г | Белки | Жиры  | Углеводы | Калорийность | № рецептуры | Цена  |
|--------|-------------|----------------|-------------|-------------------------------------------|--------------|-------|-------|----------|--------------|-------------|-------|
| 2      | 5           | Завтрак        | гор.блюдо   | Пудинг из творога (запеченый) со сметаной | 215          | 10    | 3     | 7        | 319          | 323         | 53,94 |
|        |             |                | напиток     | Кисломолочный напиток (ряженка)           | 180          | 5     | 5     | 7        | 90           | 501         | 19,25 |
|        |             |                | хлеб        | Хлеб пшеничный                            | 40           | 3     | 0     | 20       | 94           | 114         | 2,32  |
|        |             |                | хлеб черн.  | Хлеб ржаной                               | 20           | 1     | 0     | 7        | 35           | 115         | 1,56  |
|        |             |                | фрукты      | Фрукты свежие (яблоки)                    | 100          | 0     | 0     | 10       | 47           | 118         | 7,4   |
|        |             |                | итого       |                                           | 555          | 20    | 9     | 51       | 585          |             | 84,47 |
|        |             |                |             |                                           |              |       |       |          |              |             |       |
| 2      | 5           | Обед           | закуска     | Огурцы консервированные                   | 40           | 0     | 0     | 2        | 8            | 112         | 6,23  |
|        |             |                | 1 блюдо     | Борщ со сметаной                          | 215          | 2     | 4     | 9        | 80           | 133         | 7,4   |
|        |             |                | 2 блюдо     | Говядина в кисло-сладком соусе            | 90           | 12    | 22    | 14       | 314          | 368         | 42,61 |
|        |             |                | гарнир      | Картофель отварной в молоке               | 150          | 5     | 6     | 19       | 150          | 427         | 17,77 |
|        |             |                | напиток     | Сок яблочный                              | 200          | 1     | 0     | 18       | 83           | 537         | 19    |
|        |             |                | хлеб бел.   | Хлеб пшеничный                            | 40           | 3     | 0     | 20       | 94           | 114         | 2,32  |
|        |             |                |             |                                           |              |       |       |          |              |             |       |
|        |             |                | итого       |                                           | 735          | 22,2  | 33,29 | 80,78    | 729          |             | 95,33 |
| 2      | 5           | Итого за день: |             |                                           | 1290         | 42,06 | 42,17 | 131,46   | 1313,6       |             | 179,8 |

Руководитель структурного подразделения Ж.В.Данилова