

Заведующий (Козырева)

01.04.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углевод	
02.04.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	203	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	42	3	0,5	25,7	119
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	202	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		492.00	16.03	16.61	57.75	445.80
Завтрак 2	ЯБЛОКО	200	0,84	0,84	19,58	94
Итого за завтрак 2		200.00	0.84	0.84	19.58	94.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	63	0,31	2,97	4,67	44,23
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	75	13,47	5,41	4,92	123,11
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		718.00	23.15	18.14	64.44	542.31
Полдник	ЙОГУРТ	172	5,79	4,99	21,97	155,8
	ПЕЧЕНЬЕ	40	0,04	0	31,76	128,4
Итого за полдник		212.00	5.83	4.99	53.73	284.20
Ужин 1	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	136	26,15	12,56	25,97	323,41
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	29	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	25	1,81	0,3	15,51	71,81
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		370.00	30.06	15.26	57.82	416.41
Итого за день		1995.00	75.91	55.84	253.32	1782.72

Исполнитель: Диетсестра (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: (Литвинова Т.А.)