



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углевод	
06.05.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	189	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	39	3,08	0,51	26,38	122,13
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	4,75	6,13	0	75,16
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за завтрак 1		427.00	12.79	12.64	56.92	394.39
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	196	1	0,2	19,72	85,71
Итого за завтрак 2		196.00	1.00	0.20	19.72	85.71
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	199	5,12	3,6	14,88	112,8
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	75	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		714.00	24.43	22.21	87.08	574.14
Полдник	МОЛОКО	185	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ)	69	5,63	2,82	33,8	168,95
Итого за полдник		254.00	11.23	7.72	43.10	273.75
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	148	3,17	3,92	14,25	127,33
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	79	17,76	7,28	0	136,8
	БАТОН	23	1,79	0,3	15,32	70,96
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	179	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		429.00	22.76	11.50	38.72	371.87
Итого за день		2023.00	72.21	54.27	245.54	1699.86

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)
Шеф-повар: _____ (Литвинова Т.А.)