



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.цен ность
			Белки	Жиры	Углевод	
09.04.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	6,24	6,1	29,55	158,64
	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		455.00	12.49	13.45	71.00	415.84
Завтрак 2	ЯБЛОКО	194	0,8	0,8	19,6	94
Итого за завтрак 2		194.00	0.80	0.80	19.60	94.00
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	56	0,33	3,08	4,84	45,87
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	198	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	195	12,46	11,31	17,26	230
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	2,86	0,41	22,64	99,96
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		680.00	23.41	18.64	64.92	525.73
Полдник	КЕФИР	206	6,01	0,2	8,01	62,15
	ВАТРУШКА С КАРТОФЕЛЕМ	70	6,4	6,59	30,59	207,35
Итого за полдник		276.00	12.41	6.79	38.60	269.50
Ужин 1	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,51	9,2	34,19	250,61
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		390.00	9.31	9.50	58.41	357.30
Итого за день		1997.0	58.42	49.18	252.53	1662.37

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Литвинова Т.А.)