



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.цен ность
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.04.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	149	12,88	11,75	20,25	253,88
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	28	3,34	3,98	27,36	34,19
	БАТОН	51	2,98	0,5	25,49	118,01
	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		427.00	19.36	20.41	73.19	444.40
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	201	1	0,2	19,78	85,95
Итого за завтрак 2		201.00	1.00	0.20	19.78	85.95
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	60	0,73	4,54	3,74	60,99
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,17	5,54	8,54	119,82
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	92	10,8	15,33	0	190,25
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		784.00	23.16	31.63	59.73	668.74
Полдник	ЙОГУРТ	199	5,81	5,01	22,04	156,26
	ПРЯНИКИ	61	2,35	1,86	29,84	145,6
Итого за полдник		260.00	8.16	6.87	51.88	301.86
Ужин 1	ОМЛЕТ	151	11,77	13,58	4,8	187,31
	БАТОН	31	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		362.00	13.57	13.88	29.02	294.00
Итого за день		2042.00	65.25	72.99	233.60	1794.95

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Литвинова Т.А.)