



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углевод	
19.05.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	199	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	45	3,07	0,51	26,28	121,7
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		448.00	11.19	12.66	67.59	428.86
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	198	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		198.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	60	0,92	3,87	4,13	56,94
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	199	3,68	4,16	16,64	119,2
	ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ ЛЕНИВЫЕ (СВИНИНА)	181	6,76	21,75	11,35	287,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		670.00	14.26	30.18	63.82	600.69
Полдник	КЕФИР	177	5,98	0,2	7,97	61,83
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		207.00	6.01	0.20	31.79	158.13
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	138	14,7	14,15	21,67	286,8
	СОУС СМЕТАННЫЙ	48	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	27	1,8	0,3	15,39	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		393.00	17.10	16.65	48.16	431.99
Итого за день		1918.00	49.56	59.89	231.16	1705.67

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Литвинова Т.А.)