



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углевод	
24.03.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	206	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	205	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		466.00	11.12	12.65	67.01	426.16
Завтрак 2	ЯБЛОКО	145	0,81	0,81	19,74	94,65
Итого за завтрак 2		145.00	0.81	0.81	19.74	94.65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	61	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	201	3,2	5,09	6,48	95,6
	ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ ЛЕНИВЫЕ (СВИНИНА)	189	6,44	20,73	10,82	274,39
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		681.00	14.68	32.27	53.66	587.82
Полдник	СНЕЖОК	165	5,62	5,02	22,07	154,52
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		195.00	5.65	5.02	45.89	250.82
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	136	14,61	14,06	21,54	285,04
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	31	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,39	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,77	39,21
Итого за ужин 1		397.00	18.40	16.73	63.00	416.02
Итого за день		1887.00	50.66	67.48	249.30	1775.47

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Литвинова Т.А.)