



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углево	
25.03.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	198	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО С МОЛОКОМ	179	2,61	2,26	13,39	89,02
Итого за завтрак 1		440.00	13.57	12.63	60.83	417.30
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	194	1	0,2	19,86	86,3
Итого за завтрак 2		194.00	1.00	0.20	19.86	86.30
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	62	13,59	4,93	3,6	117,26
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	2,84	0,41	22,51	99,35
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,88	4,25	2,84	53,3
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		751.00	26.92	20.76	94.76	673.66
Полдник	МОЛОКО	197	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		227.00	5.63	4.90	33.12	201.10
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,17	3,92	14,25	127,33
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	80	17,76	7,28	0	136,8
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		439.00	22.77	11.50	38.82	372.31
Итого за день		2054.00	69.89	49.99	247.39	1750.67

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Литвинова Т.А.)