



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углевод	
27.03.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	133	12,88	11,75	20,25	253,88
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	31	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	46	3,02	0,5	25,86	119,74
	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		395.00	18.05	18.80	62.50	432.31
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	0,74	4,54	3,73	61
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	193	6,79	8,39	8,49	147,25
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	СУФЛЕ ИЗ КУР	72	14,17	18,25	3,44	234,69
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	2,79	0,4	20,2	98
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Итого за обед		756.00	29.57	39.09	81.74	739.05
Полдник	ЙОГУРТ	177	5,81	5,01	22,04	156,29
	ПРЯНИКИ	41	2,42	1,91	30,75	150,06
Итого за полдник		218.00	8.23	6.92	52.79	306.35
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,48	0	0,96	7,92
	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	200	5,59	8	27,05	241,85
	БАТОН	27	2,35	0,29	14,44	69,85
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		467.00	8.42	8.29	51.25	354.92
Итого за день		2040.00	65.27	73.30	268.06	1918.58

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Литвинова Т.А.)