



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углевод	
28.02.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	192	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	41	3,07	0,51	26,34	121,97
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	193	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		431.00	11.76	12.12	65.52	423.90
Завтрак 2	МАНДАРИН	148	1,12	0,27	30,53	128,55
Итого за завтрак 2		148.00	1.12	0.27	30.53	128.55
На весь день	Соль йодированная	4	0	0	0	0
Итого за на весь день		4.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	60	1,73	3,71	4,82	59,58
	ЩИ	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	82	7,1	1,6	3,9	77,4
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	2,84	0,41	22,51	99,35
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (копия)	200	0,1	0,1	17,89	74,1
Итого за обед		791.00	18.39	16.50	95.88	525.73
Полдник	МОЛОКО	185	5,58	4,89	9,27	104,49
	ПРЯНИКИ	37	2,34	1,85	29,73	145,09
Итого за полдник		222.00	7.92	6.74	39.00	249.58
Ужин 1	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	3,25	3,08	12,67	96,58
	ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ	78	17,88	18,11	0,89	238,57
	БАТОН	25	1,81	0,3	15,51	71,81
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		433.00	23.05	21.52	29.11	407.78
Итого за день		2029.00	62.24	57.15	260.04	1735.54

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)
Шеф-повар: _____ (Литвинова Т.А.)