

Заведующий (Козырева)

27.03.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углевод	
28.03.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	189	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	39	3,08	0,51	26,38	122,13
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	190	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		423.00	12.07	12.32	66.39	425.96
Завтрак 2	ЯБЛОКО	199	0,85	0,85	19,69	94,53
Итого за завтрак 2		199.00	0.85	0.85	19.69	94.53
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	58	1	5,07	3,03	57
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,06	8,88	97,52
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	77	7,1	1,6	3,9	77,4
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	2,76	0,39	21,88	96,6
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
	Итого за обед		761.00	18.78	18.52	89.79
Полдник	МОЛОКО	181	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		211.00	5.63	4.90	33.12	201.10
Ужин 1	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ	68	15,79	15,99	0,79	210,69
	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		423.00	20.96	19.40	29.01	379.90
Итого за день		2020.00	58.29	55.99	238.00	1628.76

Исполнитель: Диетсестра (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: (Литвинова Т.А.)