



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углевод	
30.04.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	48	3	0,5	25,7	119
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КАКАО НА МОЛОКЕ	201	3,14	3,46	15,02	99,58
Итого за завтрак 1		494.00	15.97	17.37	57.07	444.68
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 КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,96	3,06	4,62	49,44
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	82	2,51	2,74	2,29	92,57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	2,82	0,4	22,36	98,7
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		719.00	12.86	15.56	61.92	517.68
Ужин 1	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,51	9,2	34,19	250,61
	БАТОН	29	1,85	0,31	15,81	73,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,77	39,21
Итого за ужин 1		409.00	9.36	9.51	59.77	363.02
Итого за день		1824.00	39.04	43.29	198.45	1419.91

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Литвинова Т.А.)