



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.04.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	132	12,88	11,75	20,25	253,88
	ПОВИДЛО	30	3,32	3,95	27,17	33,95
	БАТОН	47	2,99	0,5	25,62	118,64
	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		414.00	19.35	20.38	73.13	444.79
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.79	86.00
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	56	0,97	3,09	4,66	49,89
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	190	6,8	8,4	8,5	147,5
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	76	10,8	15,33	0	190,25
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	2,79	0,4	20,2	98
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Итого за обед		751.00	26.44	34.73	79.24	683.75
Полдник	ЙОГУРТ	185	5,8	5	22	156
	ПЕЧЕНЬЕ	40	0,04	0	31,76	128,4
Итого за полдник		225.00	5.84	5.00	53.76	284.40
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,2	5,21	4,53	69,33
	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	200	5,59	8	27,05	241,85
	БАТОН	28	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		468.00	8.59	13.51	55.80	417.87
Итого за день		2060.00	61.22	73.82	281.72	1916.81

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