



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углевод	
29.05.2025						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	201	5,1	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	50	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
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за завтрак 1		476.00	13.23	14.51	60.95	427.19
Завтрак 2	ЯБЛОКО	173	0,84	0,84	19,58	94
Итого за завтрак 2		200.00	0.84	0.84	19.58	94.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	197	5,18	5,55	8,56	120,03
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	СУФЛЕ ИЗ КУР	78	14,05	18,1	3,41	232,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		715.00	26.03	30.40	60.46	634.65
Полдник	КЕФИР	193	6,02	0,2	8,03	62,27
	ПЕЧЕНЬЕ	36	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		229.00	6.05	0.20	31.85	158.57
Ужин 1	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	209	7,52	9,21	34,2	250,62
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,89	1,11	12,68	48,96
Итого за ужин 1		439.00	10.21	10.62	62.30	370.98
Итого за день		2062.00	56.36	56.57	235.14	1685.39

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