



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углевод	
30.05.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	193	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	46	3	0,5	25,7	119
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	3,71	4,77	0	58,43
	КАКАО С МОЛОКОМ	194	2,9	2,52	14,92	99,14
Итого за завтрак 1		441.00	15.00	15.01	62.97	452.12
Завтрак 2	ЯБЛОКО	110	0,8	0,8	19,6	94
Итого за завтрак 2		110.00	0.80	0.80	19.60	94.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	салат из белокочанной капусты с луком	55	1,63	3,06	3,87	49,91
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	195	2,88	2,29	15,36	93,6
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	135	2,27	3,35	10,73	91,5
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	69	13,64	4,95	3,61	117,71
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	179	0	0	9,7	38,68
Итого за обед		688.00	23.22	14.05	65.47	489.40
Полдник	МОЛОКО	193	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	29	0,03	0	24,24	97,99
Итого за полдник		222.00	5.63	4.90	33.54	202.79
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ консервированный	40				
Ужин 1	ОМЛЕТ	142	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	179	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		393	10.73	10.48	31.92	282.73
Итого за день		1817.00	55.38	45.24	213.50	1521.04

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Литвинова Т.А.)