

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Мальцева Е. А.)
 14.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.05.2024						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	196	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	34	2,09	0,35	17,89	82,99
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,48
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	198	3,2	2,7	15,72	100,81
Итого за завтрак 1		446.00	13.04	15.97	49.66	394.58
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	145	1,08	0,22	9,96	52,77
Итого за завтрак 2		145.00	1.08	0.22	9.96	52.77
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,97	3,09	4,67	49,94
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	78	13,17	5,3	4,81	120,37
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,48	0,45	18,22	88,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		748.00	23.49	20.10	64.05	569.23
Полдник	ЙОГУРТ	174	5,23	4,51	19,83	140,64
	ПЕЧЕНЬЕ	37	0,04	0	28,43	114,94
Итого за полдник		211.00	5.27	4.51	48.26	255.58
Ужин 1	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (диета 9)	79	11,43	9,64	5,93	163,69
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	77	13,44	4,88	3,56	116
	БАТОН	29	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		515.00	30.03	17.93	37.62	448.49
Итого за день		2070.00	72.91	58.73	209.55	1720.65