

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Мальцева Е.А.)
15.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.05.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	199	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	30	2,14	0,36	18,36	85
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	11	2,82	3,64	0	44,64
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,12	90,58
Итого за завтрак 1		424.00	13.28	17.80	54.88	433.27
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	199	1	0,2	19,8	86,05
Итого за завтрак 2		199.00	1.00	0.20	19.80	86.05
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	58	0,8	4	3,4	57
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	197	3,2	5,09	6,48	95,6
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	148	3,17	3,92	14,25	127,33
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	80	9,93	23,35	10,18	278,3
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,55	0,36	20,25	89,38
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		731.00	19.89	37.86	66.36	706.53
Полдник	МОЛОКО	169	4,76	4,16	7,9	89,05
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	4,48	3,72	36,01	204,81
	ПЕЧЕНЬЕ (диета)	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		269.00	9.27	7.88	67.73	390.16
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	54	1,8	0,2	4	24
	ОМЛЕТ	149	8,63	10,13	5,13	164,13
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета)	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	БАТОН	30	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		563.00	16.12	15.25	73.25	511.08
Итого за день		2191.00	59.56	78.99	282.02	2127.09