

УТВЕРЖДАЮ

И.о. заведующий _____ (Касимова В.А.)

16.05.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.05.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	199	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	45	2,7	0,45	23,13	107,1
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		449.00	10.82	12.60	64.44	414.26
Завтрак 2	ЯБЛОКО	101	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		101.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	57	2,14	6,05	4,66	81,18
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	198	3,55	4,44	8,15	97,18
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
Итого за обед		704.00	17.58	34.86	43.08	566.37
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		229.00	7.37	6.30	31.80	214.60
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	143	26,15	12,56	25,97	323,41
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ БЕЗ ЯИЦ (диета)	144	10,7	10,6	23,6	230,4
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,95	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за ужин 1		632.00	40.43	29.01	73.78	725.26
Итого за день		2118.00	76.60	83.17	222.90	1967.49