

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Мальцева Е. А.)
 17.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,52	95,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		424.00	10.20	12.28	60.26	392.29
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	134	1,25	0,25	11,48	60,82
Итого за завтрак 2		134.00	1.25	0.25	11.48	60.82
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	57	2,14	6,05	4,66	81,18
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	198	2,17	3,29	7,14	66,7
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	2,48	0,45	18,22	88,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		681.00	17.00	33.92	45.89	560.99
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		210.00	6.81	5.81	30.87	204.12
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ БЕЗ ЯИЦ (диета 9)	165	10,7	10,6	23,6	230,4
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	147	14,68	14,12	21,63	286,26
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	49	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	34	2,09	0,35	17,89	82,99
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	179	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		574.00	28.18	27.30	69.26	654.47
Итого за день		2028.00	63.44	79.56	217.76	1872.69