

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ ()
15.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.05.2024						
Завтрак 1	КАША АССОРТИ	200	5,1	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87	98,8
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
Итого за завтрак 1		475.00	14.93	16.81	56.74	443.10
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	56	0,74	4,54	3,73	61
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	197	5,17	5,54	8,54	119,82
	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ И КАРТОФЕЛЯ	130	1,81	5,1	11,48	100,99
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	76	9,2	8,7	13,5	176,09
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	2,86	0,41	22,69	100,18
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		685.00	19.78	24.29	69.64	596.78
Полдник	СНЕЖОК	195	5,6	5	22	154
	БАРАНКА или ПЕЧЕНЬЕ	42	3,57	0,63	33,77	109,2
Итого за полдник		266.00	9.20	5.63	78.80	356.29
Ужин 1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	56	0,8	4	3,4	57
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,52	9,21	34,2	250,62
	БАТОН	33	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		449.00	10.42	13.56	64.39	426.22
Итого за день		2080.00	55.33	60.49	289.37	1908.39
Среднее значение за период		2080.00	55.33	60.49	289.37	1908.39