

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
18.11.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.11.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	32	1,85	0,31	15,82	73,23
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		422.00	11.95	12.40	51.08	361.18
Завтрак 2	ЯБЛОКО	128	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		128.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	50	0,83	3,33	3,75	48,25
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,12	4,08	8,08	84
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	130	4,82	4,2	29,22	181,08
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	80	10,8	15,33	0	190,25
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		741.00	22.76	29.24	74.45	673.98
Полдник	ЙОГУРТ	214	5,8	5	22	156
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	1,6	0,6	23,1	103,9
Итого за полдник		254.00	7.40	5.60	45.10	259.90
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,74	2,58	3,41	41,49
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,75	3,4	12,35	110,35
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	17,47	14,36	7,35	228,56
	БАТОН	35	1,79	0,3	15,28	70,89
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		475.00	22.86	20.67	38.43	452.11
Итого за день		2025.00	65.37	68.31	218.86	1794.17
Среднее значение за период		2025.00	65.37	68.31	218.86	1794.17