



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

категория: Сад						
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.05.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,86	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	27	2,06	0,27	13,85	70,73
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)	20	2,59	2,29	0,2	31,5
Итого за завтрак 1		452.00	12.76	14.71	55.36	409.39
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	105	0,53	0,11	10,39	45,15
Итого за завтрак 2		105.00	0.53	0.11	10.39	45.15
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	4	3,4	57
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	200	3,27	3,97	6,24	81,27
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,12	5,97	19,53	144,04
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5,83	17,37	9,03	212,46
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	2,73	0,39	19,8	96,04
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		719.00	15.75	31.70	67.70	629.51
Полдник	МОЛОКО	195	5,46	4,78	9,07	102,18
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		225.00	7.23	6.18	31.57	211.98
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	145	12,53	11,42	19,71	265,55
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	29	1,92	2,29	15,76	19,69
	БАТОН	25	1,91	0,25	12,83	65,49
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		439.00	17.23	17.26	52.26	400.28
Итого за день		1943.00	53.50	69.96	217.28	1696.31

Исполнитель: ИО заведующего (Козулина Ю.О.)

Шеф-повар: (Табак Т.В.)