



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.05.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	32	2,4	0,4	20,56	95,2
	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		465.00	11.04	14.47	58.66	408.95
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	137	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		137.00	0.89	0.20	8.10	43.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	58	0,5	3	1,5	37
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200	3,2	5,09	6,48	95,6
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	200	0,38	0	16,27	65,53
Итого за обед		712.00	17.44	29.25	61.71	592.28
Полдник	МОЛОКО	225	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	31	1,77	1,4	22,5	109,8
	БАТОН	16	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		272.00	8.57	6.50	42.08	262.20
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	58	1,1	5,3	4,6	71,4
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	204	8,34	10,21	37,92	277,86
	БАТОН	32	2,4	0,4	20,56	95,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,22
Итого за ужин 1		494.00	11.84	15.91	72.86	483.68
Итого за день		2083.00	49.78	66.33	243.41	1790.11
Среднее значение за период		2083.00	49.78	66.33	243.41	1790.11

Шеф-повар: _____ (Вотинцева Е.В.)