

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шуплецова И.В.)

Меню приготавливаемых блюд
Категория: **ДИЕТА**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.04.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	224	5.67	5.28	32.56	199.97
	БАТОН	55	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	ЧАЙ С САХАРОМ	222	2.9	2.51	14.91	99.1
Итого за завтрак 1		546.00	15.20	16.55	60.67	458.87
Завтрак 2	ГРУША	100	0.38	0.31	10.31	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.38	0.31	10.31	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ (ясли)	60	0.92	3.87	3.87	55.34
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	197	2.16	3.45	13.47	93.76
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3.08	4.16	27.65	131.85
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	89	5.89	17.57	9.13	214.88
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	1.68	0.24	13.32	58.8
	БАТОН	44	1.2	0.2	10.28	47.6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10.77	43
Итого за обед		791.00	14.93	29.49	88.49	645.23
Полдник	ЧАЙ	208	5.99	0.2	7.99	61.95
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0.03	0	23.82	96.3
Итого за полдник		238.00	6.02	0.20	31.81	158.25
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОРКОВЬЮ	181	12.26	11.18	29.74	293.05
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0.2	0	4.6	19.9
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	3.08	4.16	27.65	131.85
	БАТОН	55	1.5	0.25	12.85	59.5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0.12	0.03	0.04	0.91
Итого за ужин 1		486.00	14.08	11.46	47.23	373.36
Итого за день		2164.00	50.61	58.01	238.51	1682.71
Среднее значение за период		2164.00	50.61	58.01	238.51	1682.71