

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шуплецова И.В.)

Меню приготавливаемых блюд
Категория: ДИЕТА

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углеводы	
22.04.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	180	4.03	5.28	19.67	142.2
	БАТОН	30	1.5	0.25	12.85	59.5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1.85	2.38	0	29.21
	ЧАЙ	200	0.89	1.1	12.6	48.64
Итого за завтрак 1		418.00	8.27	9.01	45.12	279.50
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	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	61	0.95	3.04	4.58	49.04
	ЩИ	193	3.69	4.39	6.18	87.35
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	129	3.38	4.77	33.91	109.6
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	81	5.6	20.71	6.48	226.7
	ПОДЛИВ	48	0.4	1.89	3.48	33.47
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	1.12	0.16	8.8	39.2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10.77	43
	Итого за обед	767.00	15.14	34.96	74.20	588.37
Полдник	ЧАЙ	205	5.63	4.93	9.35	105.3
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	69	4.48	3.72	36.01	204.8
	Итого за полдник	274.00	10.11	8.65	45.36	310.12
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	148	3.17	3.93	14.3	127.8
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	77	3.5	3.77	2.92	75.24
	БАТОН	28	1.5	0.25	12.85	59.5
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0.04	0	10.17	40.87
Итого за ужин 1		453.00	8.21	7.95	40.24	303.37
Итого за день		2115.00	42.73	60.77	224.72	1567.36
Среднее значение за период		2115.00	42.73	60.77	224.72	1567.36