

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шуплецова И.В.)

Меню приготавливаемых блюд
Категория: ДИЕТА

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценнос ть
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.04.2025						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	193	4.33	4.54	25.58	153.15
	БАТОН	27	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0.05	4.15	0.05	37.5
	ЧАЙ	212	2.9	2.5	14.85	98.7
Итого за завтрак 1		436.00	8.78	11.44	53.33	348.85
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	197	1	0.2	19.8	86
Итого за завтрак 2		197.00	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 ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	58	1.02	6	4.99	84.25
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	199	2.88	2.29	15.36	93.65
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	149	3.26	3.08	12.68	96.74
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	81	8.7	8.41	14.02	161.38
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	62	1.12	0.16	8.8	39.2
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0.2	0.1	15.51	63.5
Итого за обед		749.00	17.18	20.04	71.36	538.72
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9.78	39.21
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	70	4.54	9.39	29.52	238.23
Итого за полдник		498.00	10.14	14.30	48.61	382.24
Ужин 1	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННА Я порция	58	1.34	0.24	6.82	35.41
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	179	7.52	9.21	34.23	250.89
	БАТОН	38	2.1	0.35	17.99	83.3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0.04	0	10.17	40.87
Итого за ужин 1		475.00	11.00	9.80	69.21	410.47
Итого за день		2358.00	48.10	55.78	262.31	1766.28
Среднее значение за период		2358.00	48.10	55.78	262.31	1766.28