

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шуплецова И.В.)

Меню приготавливаемых блюд
Категория: ДИЕТА

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углеводы	
25.04.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	205	6.12	5.76	25.15	175.36
	БАТОН	32	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0.05	4.15	0.05	37.5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	203	3.19	2.7	15.67	100.53
Итого за завтрак 1		444.00	10.86	12.86	53.72	372.89
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1.01	5.07	3.03	57
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	199	6.8	8.4	8.5	147.58
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3.17	3.92	14.27	127.54
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	82	10.01	23.54	10.27	280.59
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	1.39	0.2	10.9	48.53
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10.77	43
Итого за обед		742.00	22.38	41.13	57.74	704.24
Полдник	ЧАЙ	241	5.59	4.99	21.97	153.79
	ПРЯНИКИ	45	2.66	2.1	33.75	164.7
Итого за полдник		286.00	8.25	7.09	55.72	318.49
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННА Я	60	1.2	5.21	4.53	69.33
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	149	2.92	4.92	15	141.14
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	80	4.02	28.65	0	245.51
	БАТОН	38	1.8	0.3	15.42	71.4
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9.77	39.21
Итого за ужин 1		713.00	20.30	51.24	50.88	763.55
Итого за день		2288.00	62.19	112.72	227.86	2206.17