



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Шуплецова И.В.)
 МКДОУ № 83
 Киров
 Меню приготавливаемых блюд
 Категория: ДИЕТА

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда *	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.02.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	199	5.74	4.96	24.26	165.63
	БАТОН	23	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0.05	4.15	0.05	37.5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	201	3.2	2.7	15.7	100.7
Итого за завтрак 1		427.00	10.49	12.06	52.86	363.33
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощный)	201	1	0.2	19.8	86
Итого за завтрак 2		201.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	МОРКОВЬ ПОРЦИЯМИ	61	0.79	0.1	3.97	20.23
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	210	3.12	4.08	8.08	84
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	155	3.28	3.1	12.77	97.36
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	101	9.2	8.7	13.5	176.09
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	54	1.68	0.24	13.32	58.8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	200	0.37	0	16.27	65.53
Итого за обед		781.00	18.44	16.22	67.91	502.01
Полдник	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0.51	0	13.2	56.3
	ПРЯНИКИ	50	2.96	2.33	37.5	183
Итого за полдник		452.00	9.07	7.33	72.70	393.30
Ужин 1	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	149	4.22	5.61	30.5	113.74
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	79	16.44	15.7	11.46	252.85
	ПОДЛИВ	50	0.4	1.9	3.5	33.7
	БАТОН	33	2.1	0.35	17.99	83.3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0.11	0.03	0.04	0.82
Итого за ужин 1		491.00	23.27	23.59	63.49	484.41
Итого за день		2357.00	62.27	59.40	276.76	1829.05
Среднее значение за период		2357.00	62.27	59.40	276.76	1829.05