

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий Шуплецова И.В. (Шуплецова И.В.)

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
06.03.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	175	5.48	5.15	22.5	156.88
	БАТОН	54	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0.05	4.15	0.05	37.5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	198	0.89	1.1	12.64	48.8
Итого за завтрак 1		431.00	7.92	10.65	48.04	302.68
Завтрак 2	МАНДАРИН	104	0.56	0.14	15.32	64.52
Итого за завтрак 2		104.00	0.56	0.14	15.32	64.52
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	56	0.48	0	0.97	7.99
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	199	5.17	5.54	8.54	119.82
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С	149	3.9	5.5	39.1	126.4
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	88	8.73	8.44	14.08	162.04
	ПОДЛИВ	50	0.4	1.9	3.5	33.7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	1.68	0.24	13.32	58.8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10.77	43
Итого за обед		776.00	20.36	21.62	90.28	551.75
Полдник	МОЛОКО	195	5.61	4.92	9.32	104.98
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	69	4.62	8.67	39.05	251.95
Итого за полдник		264.00	10.23	13.59	48.37	356.93
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	143	14.74	14.18	21.73	287.52
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	47	1.04	3.26	3.46	47.09
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1.12	0.16	8.8	39.2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0.13	0.04	0.04	1.01
Итого за ужин 1		412.00	17.03	17.64	34.03	374.82
Итого за день		1990.00	56.10	63.64	236.04	1650.70
Среднее значение за период		1990.00	56.10	63.64	236.04	1650.70