

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

**Меню приготавливаемых блюд**  
**Категория: Сад**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углевод	
<b>10.03.2025</b>						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С БАТОН	151	4.53	4.22	26.05	160
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	30	1.5	0.25	12.85	59.5
	КАКАО С МОЛОКОМ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	КАКАО С МОЛОКОМ	190	2.9	2.52	14.92	99.15
Итого за завтрак 1		376.00	8.98	11.14	53.87	356.13
Завтрак 2	МАНДАРИН	100	0.56	0.14	15.2	64
Итого за завтрак 2		100.00	0.56	0.14	15.20	64.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4.5	57.9
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	191	2.16	3.44	13.44	93.6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 варианта)	141	3.07	4.16	27.65	136.8
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	81	5.83	17.37	9.03	212.5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1.68	0.24	13.32	58.8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0.11	0.11	17.89	74.11
Итого за обед		723.00	13.85	29.32	85.83	633.67
Полдник	КЕФИР	196	6	0.2	8.01	62.09
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0.03	0	23.82	96.3
Итого за полдник		426.00	6.54	0.20	45.03	214.69
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОРКОВЬЮ	163	12.2	11.12	29.57	291.4
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0.2	0	4.6	19.9
	БАТОН	43	2.1	0.35	17.99	83.3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0.11	0.03	0.04	0.82
Итого за ужин 1		436.00	14.61	11.50	52.20	395.45
Итого за день		2064.0 0	44.54	52.30	252.13	1663.9 4
Среднее значение за период		2064.0 0	44.54	52.30	252.13	1663.9 4