



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Шуплецова И.В)

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.03.2025						
Завтрак 1	КАША `АССОРТИ`	194	5.1	5.5	26.1	172.6
	БАТОН	28	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0.05	4.15	0.05	37.5
	КАКАО С МОЛОКОМ	196	2.9	2.5	14.87	98.8
Итого за завтрак 1		422.00	9.55	12.40	53.87	368.40
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощно	205	1	0.2	19.8	86
Итого за завтрак 2		205.00	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 РАССТИТЕЛЬНОМ	57	1.01	5.9	4.91	82.8
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	199	2.88	2.29	15.36	93.6
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	149	3.25	3.08	12.67	96.58
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	105	9.2	8.7	13.5	176.09
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	1.68	0.24	13.32	58.8
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0.2	0.1	15.51	63.5
Итого за обед		763.00	18.22	20.31	75.27	571.37
Полдник	МОЛОКО	193	5.6	4.9	9.3	104.8
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	63	4.85	10.02	31.51	254.3
Итого за полдник		456.00	10.96	14.92	54.01	415.40
Ужин 1	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	179	7.52	9.21	34.2	250.62
	БАТОН	40	2.1	0.35	17.99	83.3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0.04	0	9.15	36.78
Итого за ужин 1		399.00	9.66	9.56	61.34	370.70
Итого за день		2248.0	49.39	57.39	264.29	1811.8
Среднее значение за период		2248.0	49.39	57.39	264.29	1811.8