


 УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Шуплецова И.В.)

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.04.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	186	9.46	9.13	20.33	232.43
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	28	1.99	2.37	16.3	20.37
	БАТОН	43	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО	4	0.05	4.15	0.05	37.5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0.13	0.04	0.04	1.01
Итого за завтрак 1		461.00	13.13	15.94	49.57	350.81
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощно	200	1	0.2	19.8	86
Итого за завтрак 2		200.00	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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1.01	4.09	4.5	58.91
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	199	7.76	3.85	10.48	111.26
	АЗУ (СВИНИНА)	197	13.33	24.06	22.9	314.1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	1.12	0.16	8.8	39.2
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0.1	0.1	17.89	74.1
Итого за обед		712.00	23.32	32.26	64.57	597.57
Полдник	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0.51	0	13.2	56.31
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0.03	0	23.82	96.3
Итого за полдник		230.00	0.54		37.02	152.61
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	59	1.62	3.03	3.83	49.42
	ОМЛЕТ	171	9.77	11.47	5.81	185.87
	БАТОН	42	1.5	0.25	12.85	59.5
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9.77	39.21
Итого за ужин 1		698.00	19.86	48.36	47.36	721.65
Итого за день		2304.00	57.85	96.76	218.32	1908.64
Среднее значение за период		2304.00	57.85	96.76	218.32	1908.64