



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шуплецова И.В.)

21.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.03.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С	164	4.53	4.22	26.05	159.98
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5.08	4.36	0.3	62.8
	БАТОН	36	1.5	0.25	12.85	59.5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2.31	2.98	0	36.52
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	206	3.2	2.7	15.7	100.7
Итого за завтрак 1		456.00	16.62	14.51	54.90	419.50
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	1	4	4.5	57.9
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	196	2.16	3.44	13.44	93.6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2	149	3.07	4.16	27.65	136.8
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	80	7.13	27.85	1.09	319.03
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	1.68	0.24	13.32	58.8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9.7	38.7
	Итого за обед	717.00	15.04	39.69	69.70	704.83
Полдник	КЕФИР	196	5.97	0.2	7.96	61.73
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0.03	0	23.82	96.3
Итого за полдник		226.00	6.00	0.20	31.78	158.03
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОРКОВЬЮ	171	12.47	11.37	30.23	297.86
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0.2	0	4.6	19.9
	БАТОН	51	2.1	0.35	17.99	83.3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0.11	0.03	0.04	0.82
Итого за ужин 1		452.00	14.88	11.75	52.86	401.88
Итого за день		1954.00	52.94	66.55	219.04	1731.24
Среднее значение за период		1954.00	52.94	66.55	219.04	1731.24