



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шуплецова И.В.)

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углеводы	
25.04.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	205	6.12	5.76	25.15	175.36
	БАТОН	32	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0.05	4.15	0.05	37.5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	203	3.19	2.7	15.67	100.53
Итого за завтрак 1		444.00	10.86	12.86	53.72	372.89
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	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	1.01	5.07	3.03	57
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	199	6.8	8.4	8.5	147.58
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3.17	3.92	14.27	127.54
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	82	10.01	23.54	10.27	280.59
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	1.39	0.2	10.9	48.53
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10.77	43
Итого за обед		742.00	22.38	41.13	57.74	704.24
Полдник	СНЕЖОК	241	5.59	4.99	21.97	153.79
	ПРЯНИКИ	45	2.66	2.1	33.75	164.7
Итого за полдник		286.00	8.25	7.09	55.72	318.49
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННА	60	1.2	5.21	4.53	69.33
	ОМЛЕТ	186	10.36	12.16	6.16	196.96
	БАТОН	38	1.8	0.3	15.42	71.4
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9.77	39.21
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	149	2.92	4.92	15	141.14
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	80	4.02	28.65	0	245.51
Итого за ужин 1		713.00	20.30	51.24	50.88	763.55
Итого за день		2288.00	62.19	112.72	227.86	2206.17
Среднее значение за период		2288.00	62.19	112.72	227.86	2206.17