



Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.06.2025						
Завтрак 1	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	207	8,26	8,59	31,95	238,55
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,09	4,59	0,3	63
	БАТОН	39	2,98	0,39	20,01	102,17
	СЫР ПОРЦИЯМИ	20	4,62	5,96	0	73,04
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		506.00	24.15	22.23	67.96	577.46
Завтрак 2	ЯБЛОКО	204	0,82	0,82	20,19	96,85
Итого за завтрак 2		204.00	0.82	0.82	20.19	96.85
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	66	3,18	10,23	9,34	141,92
	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ И ГРЕНКАМИ	200	4,53	4,01	19,2	127,46
	РИС ОТВАРНОЙ	150	3	3,3	34,05	173,7
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	78	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,75	0,5	20,25	98
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
Итого за обед		774.00	27.22	28.06	124.09	858.68
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	53	0,05	0	42,08	170,13
Итого за полдник		253.00	5.65	4.90	51.38	274.93
Ужин 1	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,79	4,84	39,6	216,37
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (диета)	150	2,92	4,92	15	141,16
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	83	6,96	0,35	0,46	44,54
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	БАТОН	40	3,19	0,46	19,66	95,2
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,04	0	10,17	40,87
Итого за ужин 1		703.00	19.87	15.89	114.06	714.84
Итого за день		2443.00	77.71	71.90	377.68	2522.76
Среднее значение за период		2443.00	77.71	71.90	377.68	2522.76

Исполнитель: Кладовщик Су (Суханова О.П.)

Шеф-повар: Боч (Бочкарёва Т.Л.)