



Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.06.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	192	4,75	5,76	20,87	155,36
	БАТОН	36	2,75	0,36	18,47	94,31
	СЫР ПОРЦИЯМИ	20	4,62	5,95	0	73,03
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		428.00	14.95	15.18	52.86	412.32
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	196	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		196.00	1.00	0.20	19.79	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	68	3,52	5,28	4,83	80,9
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,65	5,19	10,76	102,8
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,79	4,84	39,6	216,37
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	75	7,4	7,4	2,99	127,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	59	3,33	0,6	24,43	118,27
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
Итого за обед		782.00	24.06	23.73	117.96	800.44
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	35	0,04	0	27,79	112,35
	БАТОН	15	1,15	0,15	7,7	39,3
Итого за полдник		250.00	6.79	5.05	44.79	256.45
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	3,91	14,25	127,33
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	90	7,83	0,39	0,52	50,11
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	БАТОН	40	3,05	0,4	20,52	104,79
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,04	0	10,17	40,87
Итого за ужин 1		560.00	17.05	10.02	74.63	499.80
Итого за день		2219.00	63.85	54.18	310.03	2055.01
Среднее значение за период		2219.00	63.85	54.18	310.03	2055.01

Исполнитель: Кладовщик Суханова О.П. (Суханова О.П.)

Шеф-повар: Бочкарева Т.Л. (Бочкарева Т.Л.)