

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ ()
13.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.05.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	189	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	22	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	192	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		408.00	9.62	12.40	54.16	366.66
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	155	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		155.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	59	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП ОВОЩНОЙ	198	2,4	3,36	8,16	72,8
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,71	2,9	15,22	98,98
	ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ ПАРОВЫЕ	79	13,43	22,86	7,17	275,18
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		694.00	22.46	35.41	58.03	625.59
Полдник	МОЛОКО	184	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
Итого за полдник		254.00	10.19	13.52	48.12	355.29
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	138	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	33	2,26	0,38	19,35	89,76
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	175	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		456.00	30.56	19.41	62.95	544.37
Итого за день		1972.00	73.83	80.94	243.06	1977.91
Среднее значение за период		1972.00	73.83	80.94	243.06	1977.91