

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____()
16.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.05.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ БЕЗ ЯИЦ	150	10,7	10,6	23,6	230,4
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		397.00	14.95	17.50	57.98	372.39
Завтрак 2	ГРУША	100	0,38	0,31	10,31	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.38	0.31	10.31	47.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	61	0,48	0	0,96	7,92
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	192	5,17	5,54	8,54	119,82
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	77	10,8	15,33	0	190,25
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	44	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Итого за обед		754.00	24.80	31.13	74.92	633.70
Полдник	ЙОГУРТ	182	5,22	4,5	19,8	140,4
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
	БАТОН	21	1,35	0,22	11,56	53,55
Итого за полдник		233.00	6.60	4.72	55.18	290.25
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	61	1,1	5,3	4,6	71,4
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	145	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	75	13,44	4,88	3,56	116
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		476.00	19.50	14.37	35.77	374.35
Итого за день		1965.00	66.23	68.03	234.16	1717.69
Среднее значение за период		1965.00	66.23	68.03	234.16	1717.69