

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Ведерникова И.Г.)

17.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.01.2025						
	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
Завтрак 1	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр5 2 порции, гр7,8,11 по 1 порции	180	7,84	7,84	44,81	280,39
	ЧАЙ С САХАРОМ гр5,7,8,11 по 1 порции	200	0	0	9,78	39,21
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр5 2 порции	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за завтрак 1		824.00	13.60	15.12	93.13	562.68
Завтрак 2	ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74	61,1
Итого за завтрак 2		130.00	0.52	0.52	12.74	61.10
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,96	3,06	4,62	49,44
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,16	3,44	13,44	93,6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	80	7,13	27,85	1,09	319,02
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	МЯСО ОТВАРНОЕ гр8,11 по 1 порции	80	6,34	11,25	0	146,56
Итого за обед		800.00	22.46	50.16	78.70	882.12
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	4,48	3,72	36,01	204,81
	ЧАЙ С САХАРОМ гр7,8,11 по 1 порции	200	0	0	9,78	39,21
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр5 2 порции, гр8,11 по 1 порции	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за полдник		479.00	10.79	8.75	62.46	382.30
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	200	7,23	11,21	47,55	323,67
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
	МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ С РИСОМ И ИЗЮМОМ гр5 2 порции, гр7,8,11 по 1 порции	150	2,07	4,72	36	166,27
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр5 2 порции	9	0,71	0,13	7,37	33,48
Итого за ужин 1		639.00	13.33	16.59	121.26	663.23
Итого за день		2677.00	60.70	91.14	368.29	2551.43