


УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  (Даровских А. С.)

05.03.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
05.03.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	21	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета гр.3,6	150	6,53	6,53	37,34	233,66
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр. 3,6	150	0	0	7,33	29,41
Итого за завтрак 1		725.00	16.39	18.53	89.25	592.56
Завтрак 2	МАНДАРИН	80	0,45	0,11	12,16	51,2
Итого за завтрак 2		80.00	0.45	0.11	12.16	51.20
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,96	3,06	4,62	49,44
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	193	5,14	3,61	14,94	113,26
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,16
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	79	7,1	1,6	3,9	77,4
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	17	1,53	0,2	10,26	52,39
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр. 12	150	0	0	7,33	29,41
Итого за обед		930.00	19.99	18.68	88.90	653.65
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.3,6	150	0	0	7,33	29,41
	МАРМЕЛАД диета гр.3,6	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		400.00	7.39	6.30	55.01	308.21
Ужин 1	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	149	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	29	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	29	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета гр.6	150	3,57	4,56	37,39	204,34
Итого за ужин 1		537.00	32.99	18.87	84.26	644.36
Итого за день		2675.00	77.21	62.49	329.58	2249.98

Исполнитель:  (Яговкина Ю. В.)