

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий Ла (Даровских А. С.)

17.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>17.01.2025</b>						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	199	5,73	4,95	24,25	165,65
	БАТОН	22	1,91	0,25	12,83	65,49
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,61	2,08	0	25,56
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета гр.4,5	150	6,53	6,53	37,34	233,66
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.1,3,4,5,6	150	0	0	7,33	29,41
Итого за завтрак 1		727.00	18.98	16.51	97.45	620.47
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	179	0,9	0,18	17,8	77,36
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.1	150	0	0	7,33	29,41
Итого за завтрак 2		329.00	0.90	0.18	25.13	106.77
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	60	1,59	0,05	8,76	35,64
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	194	3,53	4,07	8,91	97,86
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	78	7,1	1,6	3,9	77,4
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	180	0	0	14,49	58,32
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.1	150	0	0	7,33	29,41
Итого за обед		876.00	17.01	12.66	96.74	504.05
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	20	1,18	0,93	15	73,2
	БАТОН	18	1,53	0,2	10,26	52,39
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.1,3,5,6	150	0	0	7,33	29,41
	МАРМЕЛАД диета гр.3,5,6	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		408.00	8.33	6.03	57.77	324.00
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	59	,2	5,2	4,53	69,33
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	3,91	14,25	127,33
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
	БАТОН	32	2,79	0,4	17,2	83,3
	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ диета гр.1	60	0,59	0,05	8,76	35,64
Итого за ужин 1		481.00	7.74	9.56	53.54	350.89
Итого за день		2826.00	52.96	44.94	330.63	1906.18

Исполнитель: Я (Яговкина Ю. В.)