



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
26.06.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	125	12,88	11,75	20,25	253,88
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	22	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	28	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		355.00	17.08	14.50	54.58	358.37
Завтрак 2	ЯБЛОКО	110	0,46	0,46	10,77	51,7
Итого за завтрак 2		110.00	0.46	0.46	10.77	51.70
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	56	0,8	4	3,4	57
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	196	1,82	3,73	7,27	78,27
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	78	9,2	8,7	13,5	176,09
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		710.00	18.83	22.44	84.57	561.80
Полдник	КЕФИР	170	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,87	30	146,4
	БАТОН	24	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за полдник		234.00	10.15	2.37	53.41	279.74
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		454.00	8.63	8.29	30.31	289.39
Итого за день		1866.00	55.15	48.06	233.64	1541.00

Исполнитель: Врач (Кузенкова Л. Н.)
Шеф-повар: (Рязанова Е. Е.)