

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
02.04.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	26	1,77	0,3	15,19	70,32
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	196	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		429.00	9.72	12.05	46.94	334.32
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	78	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		78.00	0.89	0.20	8.10	43.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ "МОЗАИКА"	58	1,72	4,42	6,09	71,34
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	199	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,79	4,84	39,6	216,37
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,51	2,74	2,29	92,57
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	49	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	2,82	0,4	22,34	98,63
	БАТОН	17	1,2	0,2	10,28	47,6
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	177	0,17	0,07	12,94	52,48	
Итого за обед		782.00	16.36	22.01	106.29	741.27
Полдник	МОЛОКО	195	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	33	1,95	1,54	24,75	120,78
Итого за полдник		228.00	7.55	6.44	34.05	225.58
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	59	0,7	3,05	10,38	63
	ТВОРОЖНО-ЯБЛОЧНАЯ ЗАПЕКАНКА	146	28,19	19,37	27,57	376,07
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	29	1,99	2,37	16,3	20,37
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99	83,3
ЧАЙ С САХАРОМ	176	0	0	8,8	35,3	
Итого за ужин 1		482.00	38.06	29.50	81.34	640.84
Итого за день		2004.00	72.58	70.20	276.72	1985.01

Исполнитель  (Пономарева А.В.)

Шеф-повар  (Лущикова М.Л.)