



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.04.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	28	1,91	0,32	16,35	75,73
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	198	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		430.00	10.25	14.19	53.62	387.58
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	190	0,97	0,19	19,19	83,37
	ЯБЛОКО	92	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		282.00	1.37	0.59	28.99	130.37
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	58	1,73	3,71	4,82	59,58
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,17	5,54	8,54	119,82
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	149	3,25	3,08	12,67	96,58
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	79	9,2	8,7	13,5	176,09
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	2,85	0,41	22,6	99,78
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	178	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		720.00	22.20	21.44	71.83	590.55
Полдник	СНЕЖОК	188	5,6	5	22	154
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		218.00	5.63	5.00	45.82	250.30
Ужин 1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	56	0,8	4	3,4	57
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,52	9,21	34,2	250,62
	БАТОН	33	2,39	0,4	20,47	94,79
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	175	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		444.00	10.75	13.61	67.22	439.19
Итого за день		2099.00	50.20	54.83	267.48	1797.99

Исполнитель  (Пономарева А.В.)

Шеф-повар  (Лущикова М.Л.)