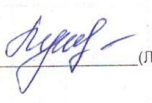


Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
18.06.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	186	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	196	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		430.00	14.39	12.65	58.72	405.98
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	66	0,89	0,2	8,1	43
	СОК (фруктовый/овощной)	198	0,97	0,19	19,22	83,47
Итого за завтрак 2		264.00	1.86	0.39	27.32	126.47
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ 'ДЕРЕВЕНСКИЙ'	59	2,52	5,52	3,42	73,2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	3,67	3,27	6,24	85,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	2,73	0,39	21,64	95,55
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	178	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		689.00	19.67	30.03	62.52	607.25
Полдник	МОЛОКО	188	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	66	4,63	9,57	30,11	243
Итого за полдник		254.00	10.23	14.47	39.41	347.80
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	59	1,92	6,26	6,54	91,08
	ОМЛЕТ	140	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	44	2,72	0,45	23,28	107,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	176	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		419.00	13.27	16.84	43.75	398.31
Итого за день		2059.00	59.42	74.38	231.72	1885.81

Исполнитель  (Пономарева А.В.)

Шеф-повар  (Лущикова М.Л.)