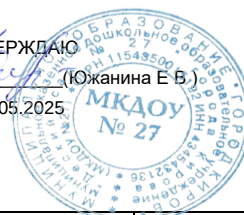


УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Южанина Е.В.)
15.05.2025



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.05.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	180	4,85	6,5	20,12	158
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за завтрак 1		420.00	9.57	12.32	69.00	410.66
Завтрак 2	ЯБЛОКО	109	0,5	0,5	12,14	58,22
Итого за завтрак 2		109.00	0.50	0.50	12.14	58.22
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	5,07	3,03	57
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	167	4,32	4,63	7,13	100,05
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,75	3,4	12,35	110,35
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	70	5,1	15,2	7,9	185,9
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого за обед		667.00	15.09	29.68	55.53
Полдник	МОЛОКО	181	5,07	4,43	8,42	94,84
	ПЕЧЕНЬЕ	25	0,03	0	19,85	80,25
Итого за полдник		206.00	5.10	4.43	28.27	175.09
Ужин 1	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	САЛАТ "ЗДОРОВЬЕ"	60	0,96	2,04	4,08	37,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,23	0,18	9,77	43,12
	БАТОН	21	1,26	0,21	10,79	49,98
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		433.00	12.08	12.56	38.57	329.73
Итого за день		1838.00	42.34	59.49	203.51	1544.72