

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.05.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,52	95,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)	20	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ диета (Гусельки, Почемучки, Попугайчики, Ладушки)	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (Машенька , Окуньки, Почемучки, Гусельки, Ладушки)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		865.00	20.43	21.84	78.17	591.97
Завтрак 2	ЯБЛОКО	87	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		87.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
	ХЛЕБЦЫ диета (Попугайчики, Окуньки, Гусельки, Ладушки)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за на весь день		33.00	2.37	0.42	24.57	111.60
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	57	0,31	2,97	4,67	44,23
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ диета (Машенька, Попугайчики)	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (Машенька , Окуньки)	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за обед		1067.00	27.54	52.73	66.19	861.29
Полдник	МОЛОКО	197	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	34	0,03	0	23,82	96,3
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета (Попугайчики, Ладушки, Гусельки)	28	0,03	0	22,23	89,88
	ЧАЙ С САХАРОМ диета (Гусельки, Почемучки)	200	0	0	9,78	39,21
Итого за полдник		459.00	5.66	4.90	65.13	330.19
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,7	3,05	10,38	63
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ диета (Гусельки)	200	10,21	24,13	6,17	286,21
Итого за ужин 1		656.00	39.63	41.44	64.21	789.14
Итого за день		3167.00	96.03	121.73	308.07	2731.19

Исполнитель: Кладовщик _____ (Порошина М. Н.)
Шеф-повар: _____ (Сунцова А.В.)