



Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.02.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26	165,63
	КАША КУКУРУЗНАЯ ДИЕТА	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		645.00	15.89	18.11	82.57	558.03
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	МАНДАРИН	100	0,56	0,14	15,2	64
Итого за завтрак 2		300.00	1.56	0.34	35.00	150.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	60	0,72	3,1	5,65	53,47
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	200	3,68	4,16	16,64	119,2
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ ДИЕТА	150	2,92	4,92	15	141,14
	ГУЛЯШ С ТОМАТОМ	80	6	7,6	2,47	164,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	2,63	0,38	20,87	92,12
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого за обед		867.00	19.85	25.66	109.43
Полдник	МОЛОКО	151	4,23	3,7	7,02	79,12
	ПРЯНИКИ	55	3,25	2,57	41,25	201,3
	ПЕЧЕНЬЕ ДИЕТА	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		226.00	7.50	6.27	64.15	344.62
Ужин 1	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	60	0,59	0,05	8,76	35,65
	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	150	21,87	12,95	23,45	302,04
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ ДИЕТА	150	6,53	6,53	37,34	233,66
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр) ДИЕТА	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	34	2,04	0,34	17,48	80,92
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		664.00	37.51	27.43	104.84	813.13
Итого за день		2707.00	82.31	77.81	395.99	2601.61
Среднее значение за период		2707.00	82.31	77.81	395.99	2601.61

Исполнитель: Заведующий \_\_\_\_\_ (Вилутис Л.В.)  
Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Смертина А.Ю)