



Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
02.04.2025						
Завтрак 1	ПАПША МОЛОЧНАЯ	198	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)	20	2,59	2,29	0,2	31,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		447.00	12.04	14.29	44.80	355.00
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	112	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		112.00	0.89	0.20	8.10	43.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	57	1,1	5,3	4,6	71,4
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	199	3,65	5,19	10,76	102,8
	РИС ОТВАРНОЙ	150	3	3,3	34,05	173,7
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	78	17,47	14,36	7,35	228,56
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого за обед		766.00	28.50	30.49	93.56
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		230.00	5.63	4.90	33.12	201.10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	147	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	60	0,24	0	5,52	23,88
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		482.00	29.35	16.21	53.44	480.05
Итого за день		2040.00	76.41	66.09	233.02	1834.41
Среднее значение за период		2040.00	76.41	66.09	233.02	1834.41