



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Родыгина О.Н)
 19.11.2024

Меню приготовляемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.11.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	195	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	11	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	172	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		403.00	12.29	13.23	48.11	358.40
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	2,96	4,64	7,84	94,72
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		723.00	22.53	23.38	85.70	582.91
Полдник	ЙОГУРТ	199	5,8	5	22	156
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
Итого за полдник		269.00	10.39	13.62	60.82	406.49
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	81	17,47	14,36	7,35	228,56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	33	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		464.00	23.90	18.79	57.54	515.17
Итого за день		1964.00	69.51	69.42	261.97	1909.97
Среднее значение за период		1964.00	69.51	69.42	261.97	1909.97