

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий



Л.А. Кононова  
15.05.2024

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>16.05.2024</b>						
Завтрак 1	КАША `АССОРТИ`	200	5,09	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	25	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		430.00	9.95	12.40	53.85	374.39
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		300.00	1.40	0.60	29.59	133.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ	56	1	5,9	4,9	82,8
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	75	9,19	8,69	13,5	176,1
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	146	3,25	3,08	12,66	96,58
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	20	1,53	0,2	10,26	52,39
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		707.00	19.68	20.55	82.79	617.42
Полдник	КЕФИР	198,92	5,96	0,2	7,95	61,61
	БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		263.92	16.12	6.83	68.91	405.44
Ужин 1	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	60	0,9	0,06	5,28	25,2
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,51	9,2	34,19	250,61
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	19,32	1,54	0,22	9,49	45,98
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		459.32	11.09	9.68	66.21	397.77
Итого за день		2165.24	58.24	50.06	301.35	1928.02
Среднее значение за период		2165.24	58.24	50.06	301.35	1928.02