

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Токмолаева Е.Н)

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	179	4.87	5.3	25.56	168.96
	БАТОН	27	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	184	3.2	2.7	15.7	100.7
Итого за завтрак 1		395.00	9.62	12.40	54.16	366.66
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0.2	19.8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	48	2.14	6.05	4.66	81.18
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	180	3.68	4.16	16.64	119.2
	ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ ЛЕНИВЫЕ (СВИНИНА)	187	6.44	20.7	10.8	274
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	1.68	0.24	13.32	58.8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	178	0	0	9.7	38.7
Итого за обед		627.00	13.94	31.15	55.12	571.88
Полдник	МОЛОКО	173	5.6	4.9	9.3	104.8
	ПРЯНИКИ	56	3.25	2.57	41.25	201.3
Итого за полдник		229.00	8.85	7.47	50.55	306.10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	45	0.75	3.27	3.92	48.64
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	130	17.8	14.12	29.77	313.67
	СОУС СМЕТАННЫЙ	46	0.6	2.2	2.3	38.5
	БАТОН	39	2.18	0.36	18.61	86.34
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	172	0.8	1	11.41	44.06
Итого за ужин 1		432.00	22.13	20.95	66.01	531.21
Итого за день		1888.00	55.54	72.17	245.64	1861.85
Среднее значение за период		1888.00	55.54	72.17	245.64	1861.85