

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий \_\_\_\_\_ (Прокопьева О.В.)  
 17.05.2024

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	201	4,87	5,3	25,56	168,96
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		428.00	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	60	2,14	6,05	4,66	81,18
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	199	3,52	4,05	8,88	97,52
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	193	10,21	24,13	6,17	286,21
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
Итого за обед		682.00	17.55	34.47	43.81	566.71
Полдник	МОЛОКО	201	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	35	2,07	1,64	26,25	128,1
Итого за полдник		236.00	7.67	6.54	35.55	232.90
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	142	17,8	14,12	29,77	313,67
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	29	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	34	2,21	0,37	18,86	87,48
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,16	36,78
Итого за ужин 1		445.00	22.79	20.13	78.01	506.94
Итого за день		1996.00	58.63	73.74	231.33	1759.21
Среднее значение за период		1996.00	58.63	73.74	231.33	1759.21