



и.о. заведующего (Новокрещенова
Екатерина Михайловна)

10.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.03.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	197	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	49	3,06	0,51	26,24	121,48
	СЫР ПОРЦИЯМИ	12	3	3,87	0	47,47
	КАКАО С МОЛОКОМ	199	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		457.00	13.92	12.88	62.85	429.56
Завтрак 2	ЯБЛОКО	199	0,8	0,8	19,7	94,47
Итого за завтрак 2		199.00	0.80	0.80	19.70	94.47
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	58	0,9	3	3,9	47,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	187	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	149	3,59	4,57	37,33	204,35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	77	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	58	2,78	0,4	22,07	97,44
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	198	0,19	0,08	14,39	58,38
	Итого за обед		727.00	23.97	21.25	98.47
Полдник	ЙОГУРТ	201	5,83	5,03	22,11	156,78
	БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ)	68	5,67	2,83	34	169,97
Итого за полдник		269.00	11.50	7.86	56.11	326.75
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	77	3,5	3,77	2,92	75,24
	БАТОН	29	1,79	0,3	15,34	71,05
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	178	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		433.00	8.50	7.99	41.66	310.40
Итого за день		2088.00	58.69	50.78	278.79	1845.05

Исполнитель: Диетсестра _____ (Вылегжанина Наталия Михайловна)
Шеф-повар: _____ (Окулова Елена Владимировна)