



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
27.08.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	158	5.76	4.97	24.36	166.36
	БАТОН	31	1.91	0.25	12.83	65.49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0.12	0.03	0.04	0.91
Итого за завтрак 1		374.00	7.84	9.40	37.28	270.26
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0.2	19.79	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.79	86.00
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ порция	57	1.32	0.24	6.7	34.8
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3.52	4.06	8.88	97.52
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4.22	5.61	30.5	113.74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	72	8.02	11.38	0	141.22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	1.98	0.36	14.56	70.44
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0.34	0	14.64	58.98
Итого за обед		705.00	19.40	21.65	75.28	516.70
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8.8	35.29
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0.02	0	15.88	64.2
Итого за полдник		200.00	0.02		24.68	99.49
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый	38	1.8	0.2	4	24
	ОМЛЕТ	97	11.78	13.59	4.8	187.5
	БАТОН	44	2.71	0.35	18.21	92.95
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0.12	0.03	0.04	0.91
Итого за ужин 1		359.00	16.41	14.17	37.05	505.36
Итого за день		1840.00	44.67	45.42	164.06	1277.81

Исполнитель _____()

Шеф-повар _____()

27.08 (пн)