



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий (Коротаева Н.А.)

16.05.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.05.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	39	2,4	0,4	20,52	95,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета группа Звездочка)	200	4,79	6,09	49,77	272,47
	ЧАЙ С САХАРОМ (диета группа Ромашка, Звездочка)	200	0	0	9,78	39,21
	ХЛЕБЦЫ без глютена (диета группа Ромашка, Журавлик)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
Итого за завтрак 1		854.00	16.10	18.78	129.57	751.24
Завтрак 2	ЯБЛОКО	101	0,4	0,4	9,8	47
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (диета группа Белочка, Ромашка, Звездочка)	200	0,51	0	13,2	56,3
Итого за завтрак 2		301.00	0.91	0.40	23.00	103.30
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	200	3,68	4,16	16,64	119,2
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	80	9,93	23,35	10,18	278,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ХЛЕБЦЫ без глютена (диета группа Ромашка, Журавлик)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	ЧАЙ С САХАРОМ (диета группа Звездочка)	180	0	0	8,8	35,3
Итого за обед		910.00	22.59	37.18	93.04	784.46
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	55	3,25	2,57	41,25	201,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета группа Звездочка)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ПЕЧЕНЬЕ без глютена (диета группа Ромашка, Журавлик)	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		475.00	9.00	7.50	66.47	371.31
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02	7,81	3,35	92,79
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	145	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	46	0,55	2,02	5,61	49,68
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,52	95,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ХЛЕБЦЫ без глютена (диета группа Ромашка, Журавлик)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
Итого за ужин 1		481.00	32.02	22.96	63.68	599.10
Итого за день		3024.00	80.62	86.82	375.76	2609.41
Среднее значение за период		3024.00	80.62	86.82	375.76	2609.41

Исполнитель: Диетсестра (Абайтова А.В.)

повар: (Боброва О.В.)