

Заведующий С.С.С. (Коротаяева Н.А.)

20.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.06.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	28	2,38	0,3	14,66	70,89
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	ХЛЕБЦЫ без глютена (диета группа Журавлик)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
Итого за завтрак 1		443.00	11.29	12.59	64.16	415.25
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	198	1	0,2	19,8	86
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (диета группа Белочка, Звездочка)	200	0,51	0	13,2	56,3
Итого за завтрак 2		398.00	1.51	0.20	33.00	142.30
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	60	0,74	4,54	3,73	61
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,16	3,44	13,44	93,6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	5,63	20,8	6,51	227,63
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ХЛЕБЦЫ без глютена (диета группа 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	15.18	33.48	98.22	728.23
Полдник	МОЛОКО	194	5,6	4,9	9,3	104,8
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	4,48	3,72	36,01	204,81
	ПЕЧЕНЬЕ без глютена (диета группа Журавлик)	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		284.00	10.10	8.62	61.19	373.81
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,39	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (диета группа Белочка)	150	2,92	4,92	15	141,14
	ХЛЕБЦЫ без глютена (диета группа Журавлик)	10	0,79	0,14	8,19	37,2
Итого за ужин 1		580.00	15.00	18.79	47.67	463.33
Итого за день		2618.00	53.08	73.68	304.24	2122.92
Среднее значение за период		2618.00	53.08	73.68	304.24	2122.92

Исполнитель: Диетсестра А.В.А. (Абайтова А.В.)
повар: Г.В.Ц. (Целищева Г.В.)