

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий О.В. Черных
15.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть	
			Белки	Жиры	Углеводы		
16.05.2025							
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26	165,63	
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ(диета) Земляничка 1 порц Смородинка 2 порц Клюковка 2 порц Калинка 1 порц Ежевичка 1 порц	180	7,84	7,84	44,81	280,39	
	БАТОН	50	3,06	0,51	26,24	121,48	
	ХЛЕБЦЫ (диета) Земляничка 1 порц Смородинка 1 порц Калинка 1 порц Ежевичка 1 порц	23	1,82	0,32	18,84	85,56	
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7	
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА(диета) Земляничка 1 порц Смородинка 2 порц Клюковка 3 порц Клубничка 1 порц	200	0,22	0,22	15,43	74,33	
	Завтрак 2	ЯБЛОКО	109	0,43	0,43	10,47	50,23
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА(диета) Клубничка 1 порц Рябинка 1 порц Ежевичка 1 порц	200	0,22	0,22	15,43	74,33	
Обед	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ порция	60	1,32	0,24	6,7	34,8	
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	200	6,8	8,4	8,5	147,5	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ(диета) Земляничка 1 порц Смородинка 2 порц Клюковка 2 порц Калинка 3 порц Ежевичка 1 порц	200	3,67	3,27	6,24	85,2	
	МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ С РИСОМ	150	2,34	9,66	20,43	176,34	
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4	
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ(диета) Земляничка 1 порц Смородинка 2 порц Клюковка 2 порц Калинка 3 порц Ежевичка 1 порц	80	6,96	0,35	0,46	44,54	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7	
		ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА(диета) Рябинка 1 порц Ежевичка 1 порц	180	0,2	0,2	13,89	66,9
	Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА(диета) Земляничка 1 порц Смородинка 3 порц Клюковка 2 порц	200	0,22	0,22	15,43	74,33	
	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	6,89	9,91	31,97	254,13	
	ХЛЕБЦЫ (диета) Земляничка 1 порц Смородинка 2 порц Клюковка 3 порц Калинка 3 порц Ежевичка 1 порц Клубничка 1 порц	16	1,26	0,22	13,1	59,52	
Ужин 1	САЛАТ "ЗИМНИЙ"	60	1,6	3,6	6,9	65,2	
	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ(диета) Смородинка 1 порц Калинка 3 порц Ежевичка 1 порц	60	1,05	9,92	7,71	124,32	
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	200	10,21	24,13	6,17	286,21	
	БАТОН	39	2,41	0,4	20,64	95,55	
	ХЛЕБЦЫ (диета)Земляничка 1 порц Смородинка 1 порц Калинка 1 порц Ежевичка 1 порц	23	1,82	0,32	18,84	85,56	
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82	