

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий О.В. Черных
03.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углево ды	
04.07.2025						
Завтрак 1	КАША ОВСЯНАЯ `ГЕРКУЛЕС` ВЯЗКАЯ	200	9,12	11,62	37,79	292,65
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(диета) Земляничка 1 порц Вишенка 1 порц Смородинка 3 порц Клюковка 1 порц Калинка 1 порц	180	2,62	5,24	30,36	178,56
	БАТОН	50	3,06	0,51	26,24	121,48
	ХЛЕБЦЫ (диета) Земляничка 1 порц Вишенка 1 порц Смородинка 2 порц Калинка 1 порц	18	1,42	0,25	14,74	66,96
	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 1 порц Клубничка 1 порц	200	0,22	0,22	15,43	74,33
	Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА(диета) Смородинка 1 порц Ежевичка 1 порц Клубничка 1 порц	200	0,22	0,22	15,43	74,33
	Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,98	4,01	4,01
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ		200	5,17	5,54	8,54	119,82
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ вегет(диета) Калинка 2 порц		200	1,78	2,22	10,01	89,56
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3,17	3,92	14,25	127,33
БИТОЧКИ ИЗ КУР		80	9,2	8,7	13,5	176,09
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)(диета) Земляничка 1 порц Вишенка 1 порц Смородинка 3 порц Клюковка 1 порц Калинка 2 порц		200	10,57	20,76	17,26	296,15
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	2,95	0,42	23,42	103,41
ХЛЕБЦЫ (диета) Смородинка 1 порц		18	1,42	0,25	14,74	66,96
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,46	0	11,88	50,67
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	СНЕЖОК ВИШЕНКА ЧЕРНИЧКА	200	5,6	5	22	154
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА(диета) Земляничка 1 порц Смородинка 3 порц Клюковка 1 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 Вишенка 1 порц Смородинка 3 порц Клюковка 1 порц Калинка 2 порц Клубничка 1 порц	18	1,42	0,25	14,74	66,96
	Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,5	3,1	1,7
	ОМЛЕТ ЗАПЕЧЕННЫЙ С СЫРОМ	150	16,35	17,7	2,33	234
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ(диета) Земляничка 1 порц Смородинка 2 порц Клюковка 1 порц Калинка 2 порц	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	БАТОН	16	0,93	0,15	7,94	36,75
	ХЛЕБЦЫ(диета) Земляничка 1 порц Вишенка 1 порц Смородинка 2 порц Калинка 1 порц	18	1,42	0,25	14,74	66,96
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3