

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.03.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(диета) Земляничка 1 порц Смородинка 1 порц Клюковка 1 порц Вишенка 1 порц Калинка 1 порц Ежевичка 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 Смородинка 1 порц Вишенка 1 порц Калинка 1 порц Ежевичка 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 С САХАРОМ(диета) Земляничка 1 порц Смородинка 1 порц Клюковка 2 порц Вишенка 1 порц	200	0	0	9,78	39,21
	Завтрак 2	ЯБЛОКО	104	0,48	0,48	11,71
	ЧАЙ С САХАРОМ(диета) Рябинка 1 порц Ежевичка 1 порц	200	0	0	9,78	39,21
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	5,07	3,03	57
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,17	5,54	8,54	119,82
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ вегет(диета) Вишенка 1 порц Калинка 2 порц Ежевичка 1 порц	200	1,78	2,22	10,01	89,56
	СЛОЖНЫЙ ГАРНИР: ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ, КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,41	4,33	14,75	126,25
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	80	9,2	8,7	13,5	176,09
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)(диета) Земляничка 1 порц Смородинка 1 порц Клюковка 1 порц Вишенка 1 порц Калинка 2 порц Ежевичка 1 порц	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,9	0,41	22,97	101,38
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ С САХАРОМ(диета) Земляничка 1 порц Смородинка 2 порц Клюковка 1 порц Вишенка 1 порц	200	0	0	9,78	39,21
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
	ХЛЕБЦЫ (диета) Земляничка 1 порц Смородинка 1 порц Клюковка 1 порц Вишенка 1 порц Калинка 2 порц Ежевичка 1 порц Клубничка 1 порц	23	1,82	0,32	18,84	85,56
	Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА	60	1,6	3	3,79
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ(диета) Земляничка 1 порц Смородинка 1 порц Клюковка 1 порц Вишенка 1 порц Калинка 2 порц Ежевичка 1 порц	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	БАТОН	25	1,54	0,26	13,23	61,25
	ХЛЕБЦЫ (диета)Земляничка 1 порц Смородинка 1 порц Вишенка 1 порц Калинка 1 порц Ежевичка 1 порц	18	1,42	0,25	14,74	66,96
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3