

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий О.В. Черных
13.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углевод ы	
14.05.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	6,24	6,1	29,55	158,64
	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	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8
	ЯБЛОКО	104	0,43	0,43	10,51	50,39
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА(диета) Клубничка 1 порц Рябинка 1 порц Ежевичка 1 порц	200	0,22	0,22	15,43	74,33
Обед	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,12	4,08	8,08	84
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ(диета) Земляничка 1 порц Смородинка 1 порц Калинка 3 порц Ежевичка 1 порц	200	3,67	3,27	6,24	85,2
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	2,69	0,38	21,31	94,08
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА(диета) Рябинка 1 порц Калинка 1 порц Ежевичка 1 порц	180	0,2	0,2	13,89	66,9
	Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА(диета) Земляничка 1 порц Смородинка 3 порц Клюковка 2 порц	200	0,22	0,22	15,43	74,33
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,87	30	146,4
	ХЛЕБЦЫ (диета) Земляничка 1 порц Смородинка 1 порц Калинка 2 порц Ежевичка 1 порц	15	1,19	0,21	12,29	55,8
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38,02
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	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
	БАТОН	30	1,78	0,3	15,26	70,68
	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