

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
06.03.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	12,88	11,75	20,25	253,88
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ИЗЮМОМ (диета) Ежевичка 1 порц Смородинка 1 порц Клюковка 1 порц Вишенка 1 порц Калинка 1 порц	200	4,4	13,61	66,06	406,33
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	БАТОН	50	3,03	0,5	25,93	120,05
	ХЛЕБЦЫ (диета) Ежевичка 1 порц Смородинка 1 порц Вишенка 1 порц	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА(диета) Рябинка 1 порц Ежевичка 1 порц Клубничка 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 вегет(диета) Ежевичка 1 порц Смородинка 1 порц Клюковка 1 порц Вишенка 1 порц Калинка 1 порц	200	1,78	2,22	10,01	89,56
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	80	10,8	15,33	0	190,25
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,88	4,25	2,84	53,3
	ПЛОВ С МЯСОМ(диета) Ежевичка 1 порц Смородинка 1 порц Клюковка 1 порц Вишенка 1 порц Калинка 1 порц	200	27,07	22,67	47,59	502,67
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	56	3,12	0,45	22,62	109,76
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	180	0	0	14,49	58,32
Полдник	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94
	СНЕЖОК ЧЕРЕМУШКА МАЛИНКА	200	5,6	5	22	154
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (диета) Клюковка 1 порц Смородинка 1 порц Вишенка 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) Ежевичка 1 порц Смородинка 1 порц Клюковка 2 порц Вишенка 1 порц Калинка 1 порц Клубничка 1 порц	26	2,05	0,36	21,29	96,72
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,1	5,3	4,6	71,4
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ(диета) Клюковка 1 порц Смородинка 1 порц Вишенка 1 порц	150	2,92	4,92	15	141,14
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11,39	9,6	5,9	163
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)(диета) Клюковка 1 порц Смородинка 1 порц Вишенка 1 порц Ежевичка 1 порц	80	4,02	28,65	0	245,51
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ХЛЕБЦЫ (диета)Ежевичка 1 порц Смородинка 1 порц Вишенка 1 порц	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78