

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
07.03.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26	165,63
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(диета)	180	2,62	5,24	30,36	178,56
	Ежевичка 1 порц Смородинка 1 порц Клюковка 1 порц Вишенка 1 порц					
	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
	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
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Завтрак 2	ЧАЙ С САХАРОМ(диета) Ежевичка 1 порц Рябинка 1 порц	200	0	0	9,78	39,21
	ЯБЛОКО	91	0,43	0,43	10,49	50,32
Обед	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	60	3	4,5	4,12	69
	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА(диета) Ежевичка 1 порц Смородинка 1 порц Вишенка 1 порц Калинка 1 порц	60	1,6	3	3,79	49
	СУП `ВОЛНА` С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	4,03	6,11	18,13	186,6
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ(диета) Ежевичка 1 порц Смородинка 1 порц Вишенка 1 порц Калинка 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) Ежевичка 1 порц Смородинка 1 порц Клюковка 1 порц Вишенка 1 порц Калинка 1 порц	80	6,96	0,35	0,46	44,54
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,46	0,35	19,54	86,24
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
	Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3
КЕФИР Земляничка Калинка Рябинка		200	5,99	0,2	7,99	61,94
ЧАЙ С САХАРОМ(диета) Смородинка 2 порц Клюковка 1 порц Вишенка 1 порц		200	0	0	9,78	39,21
БАТОН		20	1,2	0,2	10,28	47,6
ХЛЕБЦЫ (диета) Ежевичка 1 порц Смородинка 1 порц Вишенка 1 порц		30	2,37	0,42	24,57	111,6
Ужин 1		САЛАТ `ЗИМНИЙ`	60	1,6	3,6	6,9
	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ(диета) Ежевичка 1 порц Смородинка 1 порц Вишенка 1 порц Калинка 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	33	1,98	0,33	16,96	78,54
	ХЛЕБЦЫ (диета) Ежевичка 1 порц Смородинка 1 порц Вишенка 1 порц	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82