

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.03.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	160	4,53	4,22	26,05	159,98
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ(диета)	180	7,84	7,84	44,81	280,39
	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
	ЧАЙ С САХАРОМ(диета)	200	0	0	9,78	39,21
	Смородинка 1 порц Клюковка 2 порц Вишенка 1 порц					
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ С САХАРОМ(диета) Клубничка 1 порц Рябинка 1 порц Ежевичка 1 порц	200	0	0	9,78	39,21
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	60	0,74	4,54	3,73	61
	УХА РЫБАЦКАЯ	200	7,92	3,92	10,8	113,6
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	80	7,13	27,85	1,09	319,02
	ПЛОВ С МЯСОМ(диета) Ежевичка 1 порц Смородинка 1 порц Клюковка 1 порц Вишенка 1 порц	200	27,07	22,67	47,59	502,67
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	2,74	0,39	21,76	96,04
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ С САХАРОМ(диета) Смородинка 2 порц Клюковка 1 порц Вишенка 1 порц	200	0	0	9,78	39,21
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
	ХЛЕБЦЫ (диета) Ежевичка 1 порц Смородинка 1 порц Клюковка 1 порц Вишенка 1 порц Клубничка 1 порц	36	2,84	0,5	29,48	133,92
Ужин 1	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,96	3,06	4,62	49,44
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,27	3,35	10,73	91,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	СЫР ПОРЦИЯМИ(диета) Ежевичка 1 порц Смородинка 1 порц Вишенка 1 порц	20	4,62	5,96	0	73,03
	БАТОН	38	2,28	0,38	19,53	90,44
	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