

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША `АССОРТИ`	200	5,1	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	35	2,5	0,42	21,42	99,17
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,18	2,69	15,62	100,2
Итого за завтрак 1		447.00	13.78	12.48	63.14	419.44
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	134	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		134.00	0.89	0.20	8.10	43.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,1	5,3	4,6	71,4
	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	200	2,64	3,44	11,44	87,2
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	150	5,45	10,92	20	199,96
	БИТОЧКИ ПО- БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	80	7,13	27,85	1,09	319,02
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		720.00	19.12	47.91	69.03	814.28
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	39	3,25	2,57	41,25	201,3
Итого за полдник		239.00	8.85	7.47	50.55	306.10
Ужин 1	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	135	23,54	11,3	23,37	291,07
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	30	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		395.00	26.35	13.88	47.50	429.19
Итого за день		1940.00	68.99	81.94	238.32	2012.01
Среднее значение за период		1940.00	68.99	81.94	238.32	2012.01