

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.06.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	3	3,87	0	47,47
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		490.00	18.87	17.82	60.25	479.96
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ `ОСЕННИЙ`	49	1,07	3,16	7,55	63,06
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	194	5,12	3,6	14,88	112,8
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	80	7,13	27,85	1,09	319,02
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,28	0,33	18,05	79,66
	ПОДЛИВ	49	0,4	1,9	3,5	33,7
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		744.00	19.90	42.34	93.87	773.34
Полдник	МОЛОКО	198	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	23	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		221.00	5.63	4.90	33.12	201.10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	59	1,73	3,71	4,82	59,58
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		424.00	12.46	14.19	36.74	342.31
Итого за день		2082.00	57.86	79.45	243.78	1882.71
Среднее значение за период		2082.00	57.86	79.45	243.78	1882.71