

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.02.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЙМИ	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
Итого за завтрак 1		630,00	13,01	16,26	77,73	510,39
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	194	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 2		394,00	1,00	0,20	29,58	125,21
	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ	60	0,8	3,9	4	55,2
	РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,16	3,44	13,44	93,6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	ВИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИННА)	80	7,13	27,85	1,09	319,02
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		720,00	16,14	39,79	79,28	749,67
Подник	МОЛОКО	189	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	200	0	0	9,78	39,21
	СЛОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	4,48	3,72	36,01	204,81
Итого за подник		459,00	10,08	8,62	55,09	348,82
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,89	3,09	4,09	49,79
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,52	9,21	34,2	250,62
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	30	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		466,00	11,63	12,81	73,88	458,21
Итого за день		2674,00	51,86	77,68	315,56	2192,30

Исполнитель: *Долбец*
 Шеф-повар: *Долбец*



Меню притравливаемых блюд
 Категория: Сад