



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Если

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност p
			Белки	Жиры	Углеводы	

07.02.2025							
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66	
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5	
	МАСЛО ПОПЦЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63	
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	180	0	0	8,8	35,3	
Итого за завтрак 1							
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	
Итого за завтрак 2							
Обед	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	40	0,39	0,03	5,84	23,76	
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вертар.	179	1,64	3,35	6,55	70,45	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86	
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	54	8,5	6,5	7,78	123,46	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2	
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63	
	Итого за обед						
	Полдник	МОЛОКО	178	5,04	4,41	8,37	94,32
ЧАЙ С САХАРОМ диета		180	0	0	8,8	35,3	
БУЛОЧКА 'ВЕСНУШКА'		50	3,6	3	27,2	152	
Итого за полдник							
Ужин 1	САЛАТ 'ЗДОРОВЬЕ'	40	0,64	1,36	2,72	24,8	
	ОМЛЕТ	130	7,48	8,78	4,45	142,25	
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ диета	150	7,66	18,1	4,63	214,66	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,68	0,24	13,32	58,8	
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4	
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,17	0,17	11,58	55,75	
	Итого за ужин 1						
Итого за день							

Исполнитель: *Дорогов*
Шеф-повар: *Корень*