

Меню приготавливаемых блюд

Сад

День: четверг 11.12.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жир	углеводы		
Завтрак	Бутерброды с маслом с сыром	50,0	5,8	8,9	15,5	166,3	3
	Напиток кофейный	180,0	2,8	2,3	16,3	97,4	414
	Суп молочный с гречневой крупой	200,0	6,1	5,5	17,3	144,3	101
	Итого за завтрак	430,0	14,6	16,7	49,1	408,0	
Второй завтрак	Сок фруктовый	180	5.2	4.5	7.4	95.4	418
	Итого за Второй завтрак	180	5.2	4.5	7.4	95.4	
Обед	Винегрет овощной	60,0	0,8	3,7	5,1	57,4	46
	Запеканка из сердца с рисом	200,0	26,9	15,3	29,9	366,5	311,01
	Компот из сушеных фруктов	180,0	0,6	0	25,7	103,2	394
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200,0	2,6	2	16,8	96	88
	Хлеб пшеничный	25,0	2,8	0,5	13,8	72,5	
	Хлеб ржаной	50,0	4,5	1,6	24,5	132,5	
	Итого за обед	715,0	35,6	21,2	98,9	732,0	
Уплотненный полдник	Булочка "Творожная"	80,0	31,0	24,1	42,3	350,0	470
	Икра овощная	60,0	1,1	5,3	4,6	71,4	57,02
	Кефир	180,0	9,0	4,5	6,3	113,4	420
	Омлет натуральный	150,0	15,3	17,3	2,9	229,9	230
	Хлеб пшеничный	25,0	2,8	0,5	13,8	72,5	
	Яблоки	100,0	0,4	0,4	9,8	47,0	
Итого за Уплотненный полдник		595,0	59,7	52,2	79,6	884,2	
Итого за день		1 920,0	115,1	94,5	235,1	2 119,7	