

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углевод ы	
28.04.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	30	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		465.00	11.99	12.82	78.73	478.26
Завтрак 2		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 "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	57	2,14	6,05	4,66	81,18
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	200	1,82	3,73	7,27	78,27
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		667.00	15.85	34.15	41.12	543.16
Полдник	МОЛОКО	197	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	29	3,25	2,57	41,25	201,3
	ПЕЧЕНЬЕ(диета)	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		246.00	8.87	7.47	66.43	370.30
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	150	17,8	14,12	29,77	313,67
	СОУС СМЕТАННЫЙ	33	0,4	1,48	1,55	25,93
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета)	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	БАТОН	35	2,21	0,37	18,9	87,68
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		608.00	25.55	24.81	102.88	724.33
Итого за день		2189.00	63.26	79.45	308.96	2202.05

Исполнитель: Заведующий складом (Пермякова Н.Е.)
Шеф-повар: (Румянцева О.А.)