



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
Е.А.Короткая

31 марта 2024

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

№ рецеп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (граммы)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
I день						
Завтрак						
199	Каша молочная манная	200	3,18	3,89	26,38	153
1	Бутерброд с маслом	45	2,7	8,5	16,4	153
416	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107
		425	9,55	15,58	58,6	413
Второй завтрак						
пром	Соки фруктовые	200	1	0,2	20,2	92
		200	1	0,2	20,2	92
Обед						
73	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,45	3,93	5,4	61,6
321	Плов из птицы	160	15,2	12,76	26,76	282
пром	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,25	12	58,7
пром	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	52,2
пром	Свекла отварная	80	1,14	0,1	0,4	14
394	Компот из с/х	180	0,4	0,01	25	101,7
		675	22,09	17,45	79,56	570,2
Полдник						
пром	Кондитерское изделия	45	0,8	1,2	42,3	177
419	Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102
		225	6,28	6,08	51,37	279
Ужин						
226	Сырники с морковью	160	19,7	16,17	29,5	343
пром	Молоко сгущеное	40	2,9	3,4	22,2	130,9
пром	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8
пром	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,15	7,2	35,25
412	Чай с лимоном	200	0	0	9,6	41,8
		435	25,12	19,96	75,18	585,75
	ИТОГО:	1960	64,04	59,27	284,91	1939,95