

07.05.2025

Меню приготовляемых блюд

Утверждаю:

Л.М. Хмелева

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность
			белки	жиры	углеводы	
19 неделя	День 3		33,3\43,7	34,8\46,3	153,9\196,4	1060\1377,7
<u>завтрак</u>	Завтрак из творога со сгущ. молоком	150\180	6,5\9,8	7,5\9,7	16,5\19,2	160\203
	Бутерброд с повидлом	15\15	1,4\1,8	0,2\0,2	16,3\24,4	73\107
	Чай с молоком	180\200	1,5\1,5	1,3\1,3	10,9\11,9	61\65
10 ч	Отвар шиповника	100\100	0,2\0,2	0,0\0,0	16,9\21,7	69\88
<u>Итого обед</u>			9,4\13,1	9\11,2	43,7\55,5	294\375
	Щи из свежей капусты	150\180	5,5\6,3	4\4,3	4,7\5,6	77\86
	Макароны отварные с овощами	120\150	2,4\3,1	2,5\4,1	21,4\27,5	118\159
	Компота Полтавская	60\80	6,1\11,1	8,2\11,8	5,9\6,9	122\178
	Сорс	30\30				
	Кукуруза консервированная	40\50	1,2\1,5	0,5\0,7	8,2\10,3	42\54
	Кисель из св. ягод	150\180	0,2\0,3	0,1\0,2	12,2\14,1	51\59
	Хлеб пшеничный	20\30	0,4\0,6	0,2\0,3	8,8\13,2	39\58
	Хлеб ржаной	30\30	0,8\0,8	0,3\0,3	11,3\11,3	51\51
<u>Итого полдник</u>			16,6\23,7	15,8\21,7	72,5\88,9	500\645
	Шнителки с курдюком	70\70	4,1\4,1	5,0\5,0	21,8\21,8	149\149
	Яблоко	100\100	0,1\0,1	0,0\0,0	5,5\5,5	22,4\22,4
<u>Итого</u>	Сок в ассортименте	150\180	0,3\0,7	0,0\0,3	12,2\32	50\134
			4,5\4,9	5,0\5,3	39,5\59,3	221,4\305,4
<u>Всего</u>			30,7\41,9	29,8\38,2	172,6\225,4	1084,4\1413,4