



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
05.12.2024						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	198	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		418.00	6.76	10.43	40.08	280.62
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	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	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ `ОСЕННИЙ`	60	1,07	3,16	7,55	63,06
	СУП `ВОЛНА` С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	4,03	6,11	18,13	186,6
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	49	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	81	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	177	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		797.00	19.87	21.02	101.22	643.41
Полдник	КЕФИР	195	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		225.00	6.02	0.20	31.81	158.24
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	59	0,69	4	5,5	61
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	12,88	11,75	20,25	453,88
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,3	5,52	5,42	77,15
	БАТОН	44	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	177	0,2	0,2	13,93	67,12
Итого за ужин 1		460.00	16.87	21.77	60.52	730.55
Итого за день		2105.00	50.52	53.62	253.43	1898.82
Среднее значение за период		2105.00	50.52	53.62	253.43	1898.82

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)
Шеф-повар: _____ (Силина Л.Н.)