



Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

| Прием пищи                 | Наименование блюда                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|----------------------------|------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
|                            |                                    |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| 06.12.2024                 |                                    |           |                  |       |          |             |
| Завтрак 1                  | КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ            | 200       | 5,74             | 4,96  | 24,26    | 165,63      |
|                            | БАТОН                              | 24        | 1,5              | 0,25  | 12,85    | 59,5        |
|                            | 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         |                                    | 429.00    | 10.49            | 12.06 | 52.86    | 363.33      |
| Завтрак 2                  | МАНДАРИН                           | 69        | 0,56             | 0,14  | 15,2     | 64          |
| Итого за завтрак 2         |                                    | 69.00     | 0.56             | 0.14  | 15.20    | 64.00       |
| На весь день               | Соль йодированная                  | 5         | 0                | 0     | 0        | 0           |
| Итого за на весь день      |                                    | 5.00      |                  |       |          |             |
| Обед                       | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ | 60        | 2,82             | 11,6  | 4,18     | 133,07      |
|                            | ЩИ СО СМЕТАНОЙ вегетар. 200        | 200       | 1,4              | 4,1   | 6,2      | 69,2        |
|                            | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ                  | 150       | 4,22             | 5,61  | 30,5     | 113,74      |
|                            | КУРИНАЯ ПОДЛИВА 80                 | 77        | 14,14            | 11,4  | 3,63     | 173,25      |
|                            | ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 29        | 1,68             | 0,24  | 13,32    | 58,8        |
|                            | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА           | 180       | 0,34             | 0     | 14,64    | 58,98       |
| Итого за обед              |                                    | 696.00    | 24.60            | 32.95 | 72.47    | 607.04      |
| Полдник                    | МОЛОКО                             | 200       | 5,6              | 4,9   | 9,3      | 104,8       |
|                            | ПРЯНИКИ                            | 37        | 1,77             | 1,4   | 22,5     | 109,8       |
|                            | БАТОН                              | 19        | 1,2              | 0,2   | 10,28    | 47,6        |
| Итого за полдник           |                                    | 256.00    | 8.57             | 6.50  | 42.08    | 262.20      |
| Ужин 1                     | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ                     | 150       | 2,27             | 3,35  | 10,73    | 91,5        |
|                            | СУФЛЕ РЫБНОЕ                       | 80        | 3,66             | 4,1   | 2,7      | 102,35      |
|                            | БАТОН                              | 32        | 2,1              | 0,35  | 17,99    | 83,3        |
|                            | ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА            | 200       | 0,22             | 0,22  | 15,43    | 74,33       |
| Итого за ужин 1            |                                    | 462.00    | 12.27            | 36.67 | 46.85    | 596.99      |
| Итого за день              |                                    | 1917.00   | 56.49            | 88.32 | 229.46   | 1893.56     |
| Среднее значение за период |                                    | 1917.00   | 56.49            | 88.32 | 229.46   | 1893.56     |

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