



Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.09.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	22	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	177	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		412.00	12.29	13.23	48.11	358.40
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	88	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		88.00	0.89	0.20	8.10	43.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	79	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	Итого за обед		713.00	24.06	21.30	99.57
Полдник	ЙОГУРТ	182	5,8	5	22	156
	БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24	119,98
Итого за полдник		232.00	9.80	7.00	46.00	275.98
Ужин 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,5	8,4
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	80	17,76	7,28	0	136,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	31	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		518.00	24.59	12.05	65.09	441.28
Итого за день		1968.00	71.63	53.78	266.87	1810.26
Среднее значение за период		1968.00	71.63	53.78	266.87	1810.26

Исполнитель: Медсестра \_\_\_\_\_ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Силина Л.Н.)