

И.О.

Заведующий

УТВЕРЖДАЮ

(Никольская Т.В.)

10.03.2025



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.03.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	199	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	28	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	179	2,83	3,11	13,52	89,62
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
Итого за завтрак 1		459.00	17.37	17.59	48.41	421.20
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	201	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		201.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	СУП ГОРОХОВЫЙ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ 200	200	1,84	2,03	13,44	103,22
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	22	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		724.00	20.78	19.73	98.13	682.02
Полдник	ЙОГУРТ	198	5,8	5	22	156
	БУЛОЧКА "ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ" (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24	119,98
Итого за полдник		248.00	9.80	7.00	46.00	275.98
Ужин 1	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	21	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	39	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		470.00	24.09	11.95	63.59	432.88
Итого за день		2105.00	73.04	56.47	275.93	1898.08
Среднее значение за период		2105.00	73.04	56.47	275.93	1898.08

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Силина Л.Н.)