



Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.03.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	149	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ	49	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	48	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		431.00	15.74	18.48	40.63	414.00
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	197	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		197.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ `ЗДОРОВЬЕ`	59	0,96	2,04	4,08	37,2
	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	57	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		775.00	19.66	19.90	97.95	617.60
Полдник	КЕФИР	201	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за полдник		251.00	7.81	0.50	39.29	197.54
Ужин 1	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	80	15,14	31,82	0,89	334,57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
Итого за ужин 1		462.00	20.07	35.14	36.66	529.16
Итого за день		2118.00	64.28	74.22	234.33	1844.30
Среднее значение за период		2118.00	64.28	74.22	234.33	1844.30

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Силина Л.Н.)