



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|----------------------------|----------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 19.12.2024 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 200 | 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 | 200 | 0,12 | 0,03 | 0,04 | 0,91 |
| Итого за завтрак 1 | | 440.00 | 6.77 | 10.43 | 40.08 | 280.71 |
| Завтрак 2 | МАНДАРИН | 66 | 0,56 | 0,14 | 15,2 | 64 |
| Итого за завтрак 2 | | 66.00 | 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 ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ | 60 | 0,69 | 3,07 | 3,16 | 38,02 |
| | 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 | 50 | 0,88 | 4,25 | 2,84 | 53,3 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 52 | 2,79 | 0,4 | 20,2 | 98 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| Итого за обед | | 772.00 | 25.31 | 26.85 | 99.42 | 720.42 |
| Полдник | КЕФИР | 191 | 5,99 | 0,2 | 7,99 | 61,94 |
| | ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 0,02 | 0 | 15,88 | 64,2 |
| Итого за полдник | | 211.00 | 6.01 | 0.20 | 23.87 | 126.14 |
| Ужин 1 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ | 150 | 2,27 | 3,35 | 10,73 | 91,5 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 29 | 1,68 | 0,24 | 13,32 | 58,8 |
| | БАТОН | 35 | 1,8 | 0,3 | 15,42 | 71,4 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0 | 0 | 8,8 | 35,3 |
| Итого за ужин 1 | | 394.00 | 5.75 | 3.89 | 48.27 | 257.00 |
| Итого за день | | 1948.00 | 44.40 | 41.51 | 226.84 | 1448.27 |
| Среднее значение за период | | 1948.00 | 44.40 | 41.51 | 226.84 | 1448.27 |

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