

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Никольская Т.В.)
20.11.2024
№ 67

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи		Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
21.11.2024							
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	12,88	11,75	20,25	253,88	
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,36	1,32	1,37	23,1	
	БАТОН	37	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		402.00	15.50	17.60	39.70	398.60	
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86	
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00	
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0	
Итого за на весь день		5.00			3,16	38,02	
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07			
	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 ТОМАТНЫЙ	50	0,53	1,87	3,47	33,45	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	2,79	0,4	20,2	98	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67	
	Итого за обед		773.00	27.39	26.44	103.03	746.54
	Полдник	КЕФИР	199	5,99	0,2	7,99	61,94
	Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
БАТОН		31	1,8	0,3	15,42	71,4	
Итого за полдник		260.00	7.82	0.50	47.23	229.64	
Ужин 1	САЛАТ "ЗИМНИЙ"	60	1,6	3,6	6,9	65,2	
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,52	9,21	34,2	250,62	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8	
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3	
	Итого за ужин 1		451.00	10.80	13.05	63.22	409.92
Итого за день		2171.00	62.51	57.79	272.98	1870.70	
Среднее значение за период		2171.00	62.51	57.79	272.98	1870.70	

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