



Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

| Прием пищи                 | Наименование блюда                             | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|----------------------------|------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
|                            |                                                |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| 25.02.2025                 |                                                |           |                  |       |          |             |
| Завтрак 1                  | КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ                          | 200       | 4,96             | 6     | 21,74    | 161,81      |
|                            | БАТОН                                          | 30        | 1,5              | 0,25  | 12,85    | 59,5        |
|                            | СЫР ПОРЦИЯМИ                                   | 13        | 3                | 3,87  | 0        | 47,47       |
|                            | КАКАО НА МОЛОКЕ                                | 180       | 2,83             | 3,11  | 13,52    | 89,62       |
| Итого за завтрак 1         |                                                | 423.00    | 12.29            | 13.23 | 48.11    | 358.40      |
| Завтрак 2                  | МАНДАРИН                                       | 100       | 0,56             | 0,14  | 15,2     | 64          |
| Итого за завтрак 2         |                                                | 100.00    | 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 СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ 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                                    | 35        | 1,68             | 0,24  | 13,32    | 58,8        |
|                            | БАТОН                                          | 24        | 1,2              | 0,2   | 10,28    | 47,6        |
|                            | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                                | 180       | 0,18             | 0,09  | 13,96    | 57,15       |
| Итого за обед              |                                                | 728.00    | 24.06            | 21.30 | 99.57    | 691.60      |
| Полдник                    | КЕФИР                                          | 201       | 5,99             | 0,2   | 7,99     | 61,94       |
|                            | БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ)        | 50        | 4                | 2     | 24       | 119,98      |
| Итого за полдник           |                                                | 251.00    | 9.99             | 2.20  | 31.99    | 181.92      |
| 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                                    | 23        | 1,12             | 0,16  | 8,8      | 39,2        |
|                            | БАТОН                                          | 42        | 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            |                                                | 475.00    | 24.09            | 11.95 | 63.59    | 432.88      |
| Итого за день              |                                                | 1982.00   | 70.99            | 48.82 | 258.46   | 1728.80     |
| Среднее значение за период |                                                | 1982.00   | 70.99            | 48.82 | 258.46   | 1728.80     |

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