

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
26.11.2024						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,89	1,11	12,68	48,96
Итого за завтрак 1		439.00	9.89	11.13	47.53	314.93
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100	0,4	0,4	9,8	47
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
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ вегетар. 200	199	1,4	4,1	6,2	69,2
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		845.00	18.08	47.17	99.27	810.83
Полдник	КЕФИР	199	5,99	0,2	7,99	61,94
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
Итого за полдник		269.00	10.58	8.82	46.81	312.43
Ужин 1	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,27	3,35	10,73	91,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за ужин 1		420.00	9.16	7.98	24.39	214.11
Итого за день		2278.00	48.22	75.50	238.36	1742.24
Среднее значение за период		2278.00	48.22	75.50	238.36	1742.24

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