



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
27.03.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	35	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		420.00	15.74	18.48	40.63	414.00
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	0,89	4	4	58,09
	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	40	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		760.00	19.59	21.86	97.87	638.49
Полдник	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН	23	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за полдник		243.00	7.81	0.50	39.29	197.54
Ужин 1	СЛОЖНЫЙ ГАРНИР: ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ, КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,41	4,33	14,75	126,25
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	69	5,09	15,17	7,89	185,57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,22
Итого за ужин 1		448.00	10.18	19.74	45.74	409.84
Итого за день		1974.00	53.72	60.98	233.33	1706.87
Среднее значение за период		1974.00	53.72	60.98	233.33	1706.87

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