

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
04.07.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	184	5,6	5,27	23,03	160,55
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		407.00	13.03	15.97	50.06	395.65
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	194	0,97	0,19	19,21	83,42
Итого за завтрак 2		194.00	0.97	0.19	19.21	83.42
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,7	3	5,7	53,1
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	ПЛОВ С МЯСОМ	200	27,07	22,67	47,59	502,67
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,74	0,25	13,76	60,76
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		671.00	33.12	30.06	92.03	780.74
Полдник	КЕФИР	189	5,66	0,19	7,55	58,53
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
	БАТОН	31	1,86	0,31	15,93	73,78
Итого за полдник		250.00	7.55	0.50	47.30	228.61
Ужин 1	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	13,17	5,3	4,81	120,37
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	22	1,32	0,22	11,31	52,36
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		452.00	18.97	8.79	37.63	309.33
Итого за день		1977.00	73.64	55.51	246.23	1797.75

Исполнитель: Медсестра_____ (Кадочникова Е. П.)

Шеф-повар:_____ (Возмищева Т.А.)