

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.07.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26	165,63
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		470.00	15.57	16.42	53.16	426.13
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 СВЕЖИХ ПОМИДОР С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,69	3,09	2,4	41,79
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,16	3,44	13,44	93,6
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (СВИНИНА)	200	12,98	23,3	28	375,04
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,18	0,17	9,32	41,16
	БАТОН	23	1,38	0,23	11,82	54,74
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		734.00	18.79	32.13	78.18	678.73
Полдник	ЙОГУРТ	198	5,74	4,95	21,78	154,44
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	52	3,33	2,77	26,75	152,14
Итого за полдник		250.00	9.07	7.72	48.53	306.58
Ужин 1	КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ	180	4,61	16,8	18,38	290,71
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		465.00	8.14	17.34	49.81	433.93
Итого за день		2022.00	51.97	74.01	239.48	1892.37

Исполнитель: Медсестра_____(Кадочникова Е. П.)

Шеф-повар:_____(Ардышева Л.А.)