

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.04.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	190	4,46	4,66	15,2	119,51
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		405.00	11.15	10.32	42.18	306.16
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 МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	180	1,64	3,35	6,55	70,45
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,27	3,35	10,73	91,5
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	70	13,63	8,88	7,3	163,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		680.00	20.71	19.26	60.22	509.49
Полдник	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,51	0	13,2	56,3
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,87	30	146,4
	БАТОН	10	0,6	0,1	5,14	23,8
Итого за полдник		250.00	3.47	1.97	48.34	226.50
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	50	0,74	3,33	3,33	48,41
	БИТОЧКИ ИЛИ КОТЛЕТЫ ПШЕННЫЕ	180	6,91	7,06	45,36	272,16
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	19	1,14	0,19	9,77	45,22
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		459.00	9.50	12.48	60.49	393.66
Итого за день		1897.00	45.23	44.43	221.03	1482.81

Исполнитель: Медсестра_____ (Кадочникова Е. П.)

Шеф-повар:_____ (Ардышева Л.А.)