



Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
01.08.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	153	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,36	1,32	1,37	23,1
	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
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр	180	4,31	5,48	44,8	245,22
	ХЛЕБЦЫ гр 8,2	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за завтрак 1		603.00	21.39	23.36	100.88	718.22
Завтрак 2	СОК	200	1	8,2	19,78	85,91
	ЧАЙ С САХАРОМ гр 8	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 2		400.00	1.00	0.20	29.56	125.12
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за нс весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	60	0,89	3,9	4	56,79
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ	200	5,17	5,54	8,54	119,82
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	80	22,79	4,65	0,63	136,44
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) гр 2	80	4,02	28,65	0	245,51
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ гр 2	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ гр 8	60	1	4	4,5	57,9
	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ гр 2,8	50	0,2	1,9	1,8	26,7
Итого за обед		1163.00	44.52	61.08	106.67	1053.16
Полдник	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94
	МАРМЕЛАД	20	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 2,8	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ХЛЕБЦЫ гр 8	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за полдник		480.00	10.31	0.95	63.90	310.15
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38,02
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	81	15,14	31,82	0,89	334,57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ гр 8	60	1,05	9,92	7,71	124,32
Итого за ужин 1		562.00	21.81	48.13	46.55	687.59
Итого за день		3213.00	99.03	133.72	347.56	2894.24

Исполнитель: Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьминых С.С.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Пухтынова Е.В.)