





Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.08.2024						
Завтрак к 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	7,84	7,84	44,81	280,39
	ХЛЕБЦЫ гр 8	30	2,37	0,42	24,57	111,6
ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 2,8	200	0,13	0,03	0,04	1,01	
Итого за завтрак 1		880.00	24.87	24.65	114.32	779.30
Завтрак к 2	ЯБЛОКО	50	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ С САХАРОМ гр 8	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 2		450.00	1.40	0.60	39.38	172.21
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	52	1,6	3	3,79	49
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,51	2,74	2,29	92,57
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	180	0	0	9,7	38,7
	ЧАЙ С САХАРОМ гр 8	180	0	0	8,8	35,3
	ХЛЕБЦЫ гр 8	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за обед		972.00	16.43	20.86	100.50	736.99
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	БАРАНКА	50	4,25	0,75	40,2	130
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	0,05	0	39,7	160,5
Итого за полдник		500.00	10.03	5.68	89.24	396.31
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,89	3	11,1	75,8
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	34	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ гр 2,8	200	10,21	24,13	6,17	286,21
Итого за ужин 1		654.00	40.06	41.94	63.26	796.59
Итого за день		3461.00	92.79	93.73	406.70	2881.40

Исполнитель: Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьминых С.С.)  
 Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Пухтынова Е.В.)