

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_ (Метелева Е.А.)  
18.12.2024

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.12.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	142	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ	49	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	178	0,8	1	11,41	44,06
Итого за завтрак 1		409.00	16.43	19.45	52.00	457.24
Завтрак 2	ЯБЛОКО	85	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		85.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	165	3,16	3,63	7,96	87,45
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	79	7,1	1,6	3,9	77,4
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	49	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		713.00	17.47	18.49	80.74	490.69
Полдник	КЕФИР	199	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	11	0,03	0	23,82	96,3
	КОНФЕТА ШОКОЛАДНАЯ	45	1,8	17,79	23,37	260,79
Итого за полдник		255.00	7.82	17.99	55.18	419.03
Ужин 1	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	170	8,68	20,51	5,24	243,28
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		380.00	10.47	20.78	18.60	302.90
Итого за день		1847.00	52.59	77.11	216.32	1716.86

Исполнитель: Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузнецова Ю.Ю.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Хлопова Е.Г.)