

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Метелева Е.А.)
 20.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.12.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	160	4,53	4,22	26,05	159,98
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	19	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		404.00	14.04	15.41	53.38	410.41
Завтрак 2	ЯБЛОКО	72	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		72.00	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 БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,5	57,9
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	160	1,94	3,09	12,08	84,13
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	130	2,66	3,61	23,96	118,56
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	77	5,63	20,8	6,51	227,63
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	15	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		651.00	14.11	31.94	80.35	633.32
Полдник	МОЛОКО	179	5,04	4,41	8,37	94,32
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		229.00	8.24	7.07	34.09	240.61
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	178	6,5	10,08	42,75	290,98
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	26	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		453.00	10.03	10.62	74.18	434.20
Итого за день		1814.00	46.82	65.44	251.80	1765.54

Исполнитель: Медсестра _____ (Кузнецова Ю.Ю.)

Шеф-повар: _____ (Хлопова Е.Г.)