



Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.07.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	158	4,53	4,22	26,05	159,98
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	44	3	0,5	25,7	119
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	198	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		445.00	15.86	15.93	67.80	479.98
Завтрак 2	ЯБЛОКО	155	0,81	0,81	19,73	94,61
Итого за завтрак 2		155.00	0.81	0.81	19.73	94.61
На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	58	0,8	3,9	4	55,2
	РАССОЛЬНИК	197	2,16	3,44	13,44	93,6
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,17	3,92	14,25	127,33
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ,	79	12,11	12,44	10,18	201,94
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	Итого за обед		763.00	21.44	26.00	77.27
Полдник	КЕФИР	208	5,99	0,2	7,99	61,95
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		258.00	9.19	2.86	33.71	208.24
Ужин 1	КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ	150	3,84	14	15,32	242,26
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	БАТОН	26	1,76	0,29	15,09	69,86
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		406.00	5.91	14.32	35.05	332.84
Итого за день		2029.00	53.21	59.92	233.56	1764.14

Исполнитель: Медсестра _____ (Вылегжанина Н.М.)

Шеф-повар: _____ (Литвинова Т.А.)