



Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.05.2024						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	194	5,1	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	22	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	196	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		417,00	9,55	12,40	53,87	368,40
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200,00	1,00	0,20	19,80	86,00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	59	1,73	3,71	4,82	59,58
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	199	7,76	3,84	10,48	111,2
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	80	10,8	15,33	0	190,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	1,68	0,24	13,32	58,8
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	БАТОН	17	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		787,00	27,16	29,79	89,43	744,18
Полдник	РЯЖЕНКА	178	6,02	2,01	8,43	80,32
	МАРМЕЛАД	20	0,02	0	15,88	64,2
	ВАТРУШКА С КАРТОФЕЛЕМ	67	6,4	6,6	30,59	207,36
Итого за полдник		265,00	12,44	8,61	54,90	351,88
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	138	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	30	2,1	0,35	17,99	83,3
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,51	0	13,2	56,3
Итого за ужин 1		478,00	30,11	18,38	67,18	565,65
Итого за день		2152,00	80,26	69,38	285,18	2116,11
Среднее значение за период		2152,00	80,26	69,38	285,18	2116,11

Исполнитель: Медсестра Меркушева Наталья Витальевна (Меркушева Наталья Витальевна)  
Шеф-повар: Бушмелева Лариса Леонидовна (Бушмелева Лариса Леонидовна)