



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	199	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	29	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	198	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
Итого за завтрак 1		471,00	14,70	16,76	54,46	429,46
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		300,00	1,40	0,60	29,60	133,00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	55	2,14	6,05	4,65	81,18
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	191	7,76	3,84	10,48	111,2
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	112	3,25	3,08	12,67	96,58
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	80	18,27	21,24	7,57	297,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		670,00	33,20	34,45	58,20	683,56
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		229,00	5,63	4,90	33,12	201,10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	140	17,8	14,12	29,77	313,67
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	43	2,24	0,37	19,18	88,99
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,04	0	10,17	40,87
Итого за ужин 1		493,00	21,43	19,96	65,34	530,67
Итого за день		2168,00	76,36	76,67	240,72	1977,79
Среднее значение за период		2168,00	76,36	76,67	240,72	1977,79

Исполнитель: Медсестра *Мед* (Меркушева Наталья Витальевна)

Шеф-повар *Шп* (Бушмелева Лариса Леонидовна)