Утверждаю
Заведующий _____
01.01.2025 Кирова

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.01.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	150	4,25	3,96	24,42	149,98
	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ (40 гр)	40	5,09	4,59	0,3	63
	БАТОН	30	2,29	0,3	15,4	78,59
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за завтрак 1		615.00	17.05	15.88	78.91	532.21
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
	ЯБЛОКО	140	0,59	0,59	13,71	65,8
Итого за завтрак 2		340.00	1.59	0.79	33.50	151.80
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	42	0.44	2,58	2,3	35,02
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,94	3,1	12,1	84,24
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	105,48
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	60	5,35	20,89	0,82	239,27
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		612.00	11.94	30.20	58.99	561.46
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		230.00	8.24	7.07	34.09	240.61
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	1,88	7,73	2,79	88,71
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	6,26	7,67	28,49	208,84
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	0,99	0,18	7,29	35,28
	БАТОН	38	3,03	0,43	18,67	90,44
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		426.00	12.28	16.04	57.28	424.18
Итого за день		2228.00	51.10	69.98	262.77	1910.26
Среднее значение за период		2228.00	51.10	69.98	262.77	1910.26

Исполнитель: Медсестра _____(Сокерина В.Н.)
Шеф-повар:_____(Эсаулова Е.В.)