



Меню приготовляемых блюд
 Категория: Сад корпус 2

Воронкова Е.А.)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.01.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,68	4,57	22,16	118,98
	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		575,00	12,39	11,90	76,35	438,21
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		300,00	1,40	0,60	29,59	133,00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0,46	2,05	2,11	25,35
	УХА С КРУПНОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	4,22	15,6	4,88	170,72
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ	120	22,82	3,68	46,38	309,88
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,17	0,07	12,94	52,48
Итого за обед		610,00	36,30	25,16	87,89	717,31
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,42	8,38	94,32
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	50	3,31	6,84	21,51	173,57
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		250,00	8,37	11,26	45,77	332,09
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	40	1,07	2	2,53	32,67
	ОМЛЕТ	150	11,78	13,59	4,8	187,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	14	0,77	0,14	5,67	27,44
	БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		419,00	16,53	16,16	30,24	331,82
Итого за день		2159,00	74,99	65,08	269,84	1952,43
Среднее значение за период		2159,00	74,99	65,08	269,84	1952,43

Исполнитель: Медсестра _____ (Носкова Л.А.)
 Шеф-повар: _____ (Эсаулова Е.В.)