

Исполнитель: *Долбова Елена*  
 Шеф-повар: \_\_\_\_\_

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.02.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	МАСЛО ПОРЦИЙ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 1		660,00	15,38	16,68	102,30	621,99
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 2		400,00	1,00	0,20	29,58	125,21
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ	59	0,8	3,9	4	55,2
	РАССОЛНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,16	3,44	13,44	93,6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (овинина)	80	7,13	27,85	1,09	319,02
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМОТ ИЗ КУРАТИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		719,00	16,14	39,79	79,28	749,67
Полдник	МОЛОКО	198	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	200	0	0	9,78	39,21
	СЛОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	4,48	3,72	36,01	204,81
	ПЕЧЕНЬ БЕЗЛЮТЕНОВОЕ диета	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		488,00	12,14	12,58	63,61	426,82
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,89	3,09	4,09	49,79
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,52	9,21	34,2	250,62
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИННЫЙ диета	60	5,92	5,92	2,39	102
	РИС ОТВАРНОЙ диета	120	2,4	2,64	27,24	138,96
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		653,00	19,95	21,37	103,51	699,17
Итого за день		2925,00	64,61	90,62	378,28	2622,86

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад



*И. В. Долбова*  
 Заведующий