

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. цен
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.12.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	130	3,68	3,43	21,16	129,98
	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	15	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,4	2,03	11,78	75,53
Итого за завтрак 1		335,00	12,66	10,07	46,09	327,81
Завтрак 2	ЯБЛОКО	88	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		88,00	0,40	0,40	9,80	47,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,67	2,73	3	39,27
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	151	1,62	2,59	10,09	70,28
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	110	2,25	3,05	20,28	96,69
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	47	3,54	13,09	4,1	143,21
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	12	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		557,00	10,96	21,90	69,15	488,1
Полдник	МОЛОКО	150	4,2	3,68	6,98	78,6
	БАТОН	22	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за полдник		172,00	6,30	4,03	24,97	161,9
Ужин 1	ОЛАДЫ	120	8,03	2,45	43,67	228,7
	ПОВИДЛО	19	0,07	0,07	15,84	61,45
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		319,00	8,21	2,55	59,55	291,0
Итого за день		1474,00	38,53	38,95	209,56	1315,

Исполнитель: Медсестра (Широких Е.Н.)
Шеф-повар: (Матюнина Н.А.)

УТВЕРЖАЮ
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
13.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.12.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	150	4,25	3,96	24,42	149,98
	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	15	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		385,00	13,71	11,00	51,70	362,91
Завтрак 2	ЯБЛОКО	88	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		88,00	0,40	0,40	9,80	47,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,84	3,41	3,75	49,09
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	181	1,94	3,1	12,1	84,24
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	105,48
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	86	4,95	18,3	5,73	200,31
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	12	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		626,00	13,07	28,58	75,38	577,77
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	БАТОН	26	2,48	0,41	21,26	98,45
Итого за полдник		206,00	7,52	4,82	29,63	192,77
Ужин 1	ОЛАДЬИ	128	8,68	2,65	47,21	247,33
	ПОВИДЛО	19	0,07	0,07	15,84	61,45
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		327,00	8,86	2,75	63,09	309,60
Итого за день		1635,00	43,56	47,55	229,60	1490,05

Исполнитель: Медсестра (Широких Е.Н.)
Шеф-повар: (Матюнина Н.А.)