

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.11.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	130	3,5	4,7	14,53	114,11
	БАТОН	20	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		335.00	7.93	11.53	41.56	301.74
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,89	43
Итого за завтрак 2		100.00	0.50	0.10	9.89	43.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	0,44	2,67	1,96	35,1
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	180	1,26	3,69	5,58	62,28
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,14	3,61	11	103,52
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	50	10,92	8,97	4,59	142,85
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	62	2,24	0,32	17,6	78,4
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,08	0	7,92	32,21
Итого за обед		622.00	17.32	20.40	50.75	474.59
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	БАТОН	20	1,5	0,25	12,85	59,5
Итого за полдник		200.00	6.54	4.66	21.22	153.82
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ И КУРАГОЙ	30	0,35	2,1	3,71	34,24
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	11,7	11,26	17,25	228,29
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	28	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	16	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		374.00	15.35	15.96	47.58	331.32
Итого за день		1634.00	47.64	52.65	171.00	1304.47

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

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Смышляева Т.Ю.)
 15.11.2024

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.11.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	20	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета ГР 1,3,7,7,4,9	150	3,58	4,56	37,39	204,34
Итого за завтрак 1		505,00	12,05	16,81	81,18	523,63
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	150	0,75	0,15	14,84	64,5
Итого за завтрак 2		150,00	0,75	0,15	14,84	64,50
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	59	0,89	4	4	58,09
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	200	1,4	4,1	6,2	69,2
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,53	4,26	13	122,32
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	15,29	12,56	6,43	199,99
	ПОДЛИВ	49	0,39	1,86	3,43	33,03
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ ГР 4, 9	60	5,92	5,92	2,39	102
Итого за обед		794,00	28,20	32,94	58,27	682,08
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	БАТОН	20	1,5	0,25	12,85	59,5
Итого за полдник		200,00	6,54	4,66	21,22	153,82
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ И КУРАГОЙ	60	0,71	4,2	7,43	68,48
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	128	12,68	12,2	18,69	247,31
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	28	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	29	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ ДИЕТА ГР 1,3,4,7,9	150	6,53	6,53	37,34	233,66
Итого за ужин 1		575,00	24,12	25,68	97,79	653,94
Итого за день		2229,00	71,66	80,24	273,30	2077,97

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