

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Непеина Е.И.)

29.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углевод	
30.01.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета гр Кнопочки, Букварики, Умнички	180	7,84	7,84	44,81	280,39
	БАТОН	40	2,1	0,35	17,99	83,3
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87	98,8
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр Лучики, Кнопочки, Букварики	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		853.00	26.31	26.14	109.12	783.61
Завтрак 2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр Кнопочки	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 2		360.00	0.46		20.68	85.97
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	40	0,6	0,04	3,52	16,8
	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	2,96	4,64	7,84	94,72
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	80	10,8	15,33	0	190,25
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) диета гр Кнопочки	80	4,02	28,65	0	245,51
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр Кнопочки	180	0	0	8,8	35,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	1,68	0,24	13,32	58,8
ХЛЕБЦЫ (диета) диета гр Кнопочки, Лучики, Умнички	30	2,37	0,42	24,57	111,6	
Итого за обед		979.00	25.78	52.40	80.22	888.21
Полдник	КЕФИР	180	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	41	1,77	1,4	22,5	109,8
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр Лучики, Кнопочки, Букварики	180	0	0	8,8	35,3
	ПЕЧЕНЬЕ диета гр Лучики, Кнопочки, Умнички	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		421.00	7.78	1.60	55.17	271.24
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	149	12,88	11,75	20,25	253,88
	ПОВИДЛО	21	0,07	0,07	15,84	61,45
	РИС ОТВАРНОЙ диета гр Лучики, Кнопочки	150	3	3,3	34,05	173,7
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	БАТОН	34	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за ужин 1		534.00	17.86	15.45	85.60	561.25
Итого за день		3152.00	78.19	95.59	350.79	2590.28

Исполнитель: Медсестра _____ (Ерастова Ю.В.)

Шеф-повар: _____ (Пихтина И.И.)