

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Непейна Е.И.)

15.05.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|-----------------------|------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 16.05.2024 | | | | | | |
| Завтрак 1 | ЛАПША МОЛОЧНАЯ | 200 | 4,7 | 4,9 | 16 | 125,8 |
| | БАТОН | 24 | 1,5 | 0,25 | 12,85 | 59,5 |
| | РИС ОТВАРНОЙ диета гр Кнопочки | 150 | 3 | 3,3 | 34,05 | 173,7 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,5 |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 196 | 3,14 | 2,65 | 15,39 | 98,69 |
| | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр) | 40 | 5,08 | 4,36 | 0,3 | 62,8 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ диета гр Кнопочки | 180 | 0 | 0 | 8,8 | 35,3 |
| Итого за завтрак 1 | | 795,00 | 17,47 | 19,61 | 87,44 | 593,29 |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) | 200 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 |
| | АПЕЛЬСИН | 122 | 0,38 | 0,31 | 10,31 | 47 |
| Итого за завтрак 2 | | 322,00 | 1,38 | 0,51 | 30,11 | 133,00 |
| На весь день | Соль йодированная | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за на весь день | | 5,00 | | | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ | 60 | 2,82 | 11,6 | 4,18 | 133,07 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 200 | 5,12 | 3,6 | 14,88 | 112,8 |
| | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 150 | 3,25 | 3,08 | 12,67 | 96,58 |
| | КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ | 67 | 8,93 | 12,68 | 0 | 157,37 |
| | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 180 | 0,1 | 0 | 9,5 | 38,65 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 47 | 2,79 | 0,4 | 20,2 | 98 |
| | ХЛЕБЦЫ (диета) гр Кнопочки | 30 | 2,37 | 0,42 | 24,57 | 111,6 |
| | БАТОН | 19 | 1,2 | 0,2 | 10,28 | 47,6 |
| Итого за обед | | 753,00 | 26,58 | 31,98 | 96,28 | 795,67 |
| Полдник | РЯЖЕНКА | 178 | 6,02 | 2,01 | 8,43 | 80,32 |
| | ПАСТИЛА | 24 | 0,1 | 0 | 16,16 | 62 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ диета гр Кнопочки | 180 | 0 | 0 | 8,8 | 35,3 |
| | ПЕЧЕНЬЕ диета гр Кнопочки | 20 | 0,02 | 0 | 15,88 | 64,2 |
| Итого за полдник | | 402,00 | 6,14 | 2,01 | 49,27 | 241,82 |
| Ужин 1 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 151 | 12,88 | 11,75 | 20,25 | 253,88 |
| | СГУЩЕННОЕ МОЛОКО | 29 | 1,99 | 2,37 | 16,3 | 20,37 |
| | РИС ОТВАРНОЙ диета гр Кнопочки | 150 | 3 | 3,3 | 34,05 | 173,7 |
| | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 180 | 0,11 | 0,03 | 0,04 | 0,82 |
| | БАТОН | 29 | 1,8 | 0,3 | 15,42 | 71,4 |
| Итого за ужин 1 | | 539,00 | 19,78 | 17,75 | 86,06 | 520,17 |
| Итого за день | | 2816,00 | 71,35 | 71,86 | 349,16 | 2283,95 |

Исполнитель: Медсестра _____ (Ерастова Ю.В.)

Шеф-повар: _____ (Пихтина И.И.)