



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Шабалина М.В.)

10.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.01.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	184	8,26	9,16	39,35	273,48
	БАТОН	32	2,53	0,42	21,64	100,21
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	3	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	190	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		409.00	14.04	16.43	76.74	511.89
Завтрак 2	ЯБЛОКО	127	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		127.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ 'ДАЧНЫЙ'	58	0,9	2,7	26,3	52,9
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	193	3,68	4,16	16,64	119,2
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	148	2,27	3,35	10,73	91,5
	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ	67	8,06	9,07	7,12	142,29
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	2,78	0,4	22,05	97,32
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	177	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		691.00	17.69	19.68	92.54	541.91
Полдник	МОЛОКО	175	5,27	4,61	8,75	98,6
	БУЛОЧКА 'ВЕСНУШКА'	66	5,04	4,2	38,08	212,8
	ХЛЕБЦЫ (диета)	18	1,52	0,27	15,8	71,74
Итого за полдник		259.00	11.83	9.08	62.63	383.14
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	62	0,7	3	5,7	53,1
	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	130	21,87	12,95	23,45	302,04
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	47	1	3,12	3,32	45,08
	БАТОН	32	2,4	0,4	20,52	95,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		451.00	26.08	19.50	53.03	496.24
Итого за день		1942.00	70.04	65.09	294.74	1980.18

Исполнитель: Медсестра  (Вешнякова В.В.)

Шеф-повар: _____ (Малыгина О.Л\ Плониш А.В.)

