

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий Е.В. (Кормщикова Е.В.)  
 14.05.2024

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.05.2024						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	183	4,24	4,42	14,42	113,41
	БАТОН	28	1,75	0,29	14,99	69,42
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,1	8,3	0,1	75
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	182	2,88	2,43	14,15	90,73
Итого за завтрак 1		438.00	14.05	19.80	43.96	411.36
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	111	0,52	0,52	12,8	61,38
Итого за завтрак 2		311.00	1.52	0.72	32.60	147.38
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за на весь день		35.00	2.37	0.42	24.57	111.60
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	43	0,79	2,53	3,82	40,88
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	59,96
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	75	2,51	2,74	2,29	92,57
	МЯСО ОТВАРНОЕ (ДИЕТА)	70	5,55	9,84	0	128,24
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	2,84	0,41	22,51	99,35
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		747.00	16.56	23.40	59.74	600.84
Полдник	ЙОГУРТ	182	5,8	5	22	156
	ПЕЧЕНЬЕ в том числе б/г	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		202.00	5.82	5.00	37.88	220.20
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	50	0,63	2,73	3,27	40,53
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	145	12,88	11,75	20,25	253,88
	РИС ОТВАРНОЙ (ДИЕТА)	150	3	3,3	34,05	173,7
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	48	3,05	0,51	26,17	121,16
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		623.00	20.28	20.52	89.88	644.18
Итого за день		2356.00	60.60	69.86	288.63	2135.56

Исполнитель: Медсестра С.С. (Филиппова С.С.)  
 Шеф-повар: С.Е. (Колобова С.Е.)