

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Новоселова М. И.)

19.11.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: **Сад**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.11.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	179	4,8	6,43	19,9	156,34
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	178	2,88	2,43	14,11	90,53
	ЧАЙ С САХАРОМ гр"Листв" -2п гр"Липа" -1п	180	0	0	8,8	35,3
	КАША "ГЕРКУЛЕСОВАЯ" ЖИДКАЯ гр"Листв" -2п	180	2,63	5,54	18,69	135,69
Итого за завтрак 1		745.00	11.86	18.80	74.40	514.86
Завтрак 2	ЯБЛОКО	118	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		118.00	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 ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	49	0,94	3,79	3,4	53,15
	УХА С КРУПНОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	199	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	21	1,48	0,25	12,7	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ гр"Ива" -1п	199	10,21	24,13	6,17	286,21
Итого за обед		879.00	32.64	53.01	73.03	903.01
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	67	4,48	3,72	36,01	204,81
	ЧАЙ С САХАРОМ гр"Листв" -2п	200	0	0	9,78	39,21
Итого за полдник		466.00	10.08	8.62	55.09	348.82
Ужин 1	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	148	10,55	20,67	5,42	249,38
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	28	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАС гр"Листв" -1п гр"Яблоня " -1п гр"Ясень " -1п гр"Ива" -1п	129	3,28	4,19	34,28	187,33
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) гр"Листв" -1п гр"Яблоня " -1п гр"Ясень " -1п гр"Ива" -1п	70	3,52	25,07	0	214,82
Итого за ужин 1		607.00	21.26	50.55	71.05	794.64
Итого за день		2820.00	76.24	131.38	283.37	2608.33

Исполнитель: Медсестра _____ (Фоминых О. В.)

Шеф-повар: _____ (Камашева Е.М.)

