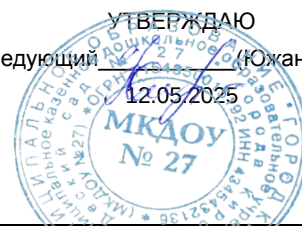


УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Южанин)  
12.05.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад



| Прием пищи                 | Наименование блюда                              | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          |
|----------------------------|-------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|
|                            |                                                 |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |
| 13.05.2025                 |                                                 |           |                  |       |          |
| Завтрак 1                  | КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ                           | 200       | 4,96             | 6     | 21,74    |
|                            | БАТОН                                           | 25        | 1,5              | 0,25  | 12,85    |
|                            | СЫР ПОРЦИЯМИ                                    | 13        | 3                | 3,87  | 0        |
|                            | ЧАЙ С САХАРОМ                                   | 180       | 0                | 0     | 8,8      |
| Итого за завтрак 1         |                                                 | 418.00    | 9.46             | 10.12 | 43.39    |
| Завтрак 2                  | СОК (фруктовый/овощной)                         | 200       | 1                | 0,2   | 19,8     |
|                            | ЯБЛОКО                                          | 89        | 0,4              | 0,4   | 9,8      |
| Итого за завтрак 2         |                                                 | 289.00    | 1.40             | 0.60  | 29.60    |
| На весь день               | Соль йодированная                               | 3         | 0                | 0     | 0        |
| Итого за на весь день      |                                                 | 3.00      |                  |       |          |
| Обед                       | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ | 60        | 0,75             | 3,27  | 3,92     |
|                            | ЩИ                                              | 200       | 2,32             | 3,28  | 4,16     |
|                            | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ              | 150       | 3,9              | 5,5   | 39,1     |
|                            | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ                           | 80        | 7,89             | 7,89  | 3,19     |
|                            | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 26        | 1,68             | 0,24  | 13,32    |
|                            | БАТОН                                           | 31        | 2,1              | 0,35  | 17,99    |
|                            | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                     | 180       | 0,46             | 0     | 11,88    |
| Итого за обед              |                                                 | 727.00    | 19.10            | 20.53 | 93.56    |
| Полдник                    | ЙОГУРТ                                          | 180       | 5,8              | 5     | 22       |
|                            | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                                | 50        | 3,28             | 6,16  | 27,73    |
| Итого за полдник           |                                                 | 230.00    | 9.08             | 11.16 | 49.73    |
| Ужин 1                     | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ              | 60        | 2,82             | 11,6  | 4,18     |
|                            | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                               | 150       | 3,17             | 3,92  | 14,25    |
|                            | СУФЛЕ РЫБНОЕ                                    | 80        | 3,66             | 4,1   | 2,7      |
|                            | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 26        | 1,68             | 0,24  | 13,32    |
|                            | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                         | 180       | 0,04             | 0     | 9,15     |
| Итого за ужин 1            |                                                 | 496.00    | 11.37            | 19.86 | 43.60    |
| Итого за день              |                                                 | 2163.00   | 50.41            | 62.27 | 259.88   |
| Среднее значение за период |                                                 | 2163.00   | 50.41            | 62.27 | 259.88   |

Исполнитель: Медсестра \_\_\_\_\_ (Вохмянина Е.И.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Аряева МА)

ча Е.В.)

|             |
|-------------|
| Эн.ценность |
|             |
| 161,81      |
| 59,5        |
| 47,47       |
| 35,3        |
| 304.08      |
| 86          |
| 47          |
| 133.00      |
| 0           |
|             |
| 48,64       |
| 55,2        |
| 126,4       |
| 136         |
| 58,8        |
| 83,3        |
| 50,67       |
| 559.01      |
| 156         |
| 178,92      |
| 334.92      |
| 133,07      |
|             |
| 127,33      |
| 102,35      |
| 58,8        |
| 36,78       |
| 458.33      |
| 1789.34     |
| 1789.34     |