

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Южанин)
13.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
14.05.2025					
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	180	4,23	4,41	14,4
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13
Итого за завтрак 1		430.00	13.74	15.60	41.73
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	100	0,89	0,2	8,1
Итого за завтрак 2		100.00	0.89	0.20	8.10
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день		3.00			
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	59	0,31	2,97	4,67
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	199	3,55	4,44	8,15
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,51	2,74	2,29
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,68	0,24	13,32
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
Итого за обед		766.00	12.77	20.41	68.01
Полдник	МОЛОКО	193	5,6	4,9	9,3
	ПЕЧЕНЬЕ	28	0,03	0	23,82
Итого за полдник		221.00	5.63	4.90	33.12
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,7	3,05	10,38
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	143	12,88	11,75	20,25
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	1,99	2,37	16,3
	БАТОН	30	2,1	0,35	17,99
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04
Итого за ужин 1		443.00	17.78	17.55	64.96
Итого за день		1963.00	50.81	58.66	215.92
Среднее значение за период		1963.00	50.81	58.66	215.92

Исполнитель: Медсестра _____ (Вохмянина Е.И.)

Шеф-повар: _____ (Арьева МА)

ча Е.В.)

Эн.ценность
113,22
59,5
37,5
62,8
90,63
363.65
43
43.00
0
44,23
97,18
141,14
92,57
65,1
58,8
47,6
38,7
585.32
104,8
96,3
201.10
63
253,88
20,37
83,3
0,82
421.37
1614.44
1614.44