

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Южанин)
24.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
25.07.2025					
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	180	4,85	6,5	20,12
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13
Итого за завтрак 1		390.00	9.28	13.33	47.15
Завтрак 2	ЯБЛОКО	87	0,4	0,4	9,8
Итого за завтрак 2		87.00	0.40	0.40	9.80
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день		3.00			
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,98	4,01	4,01
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5,83	17,37	9,03
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
	Итого за обед		731.00	14.78	28.97
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82
Итого за полдник		230.00	5.63	4.90	33.12
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,69	3,09	2,4
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32
	БАТОН	43	2,1	0,35	17,99
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8
Итого за ужин 1		464.00	13.10	13.81	47.64
Итого за день		1905.00	43.19	61.41	205.48
Среднее значение за период		1905.00	43.19	61.41	205.48

Исполнитель: Медсестра _____ (Курилова Е.И.)

Шеф-повар: _____ (Аряева МА)

ча Е.В.)

Эн.ценность
158
59,5
37,5
90,63
345.63
47
47.00
0
50,96
93,6
127,33
212,46
20,22
58,8
38,7
602.07
104,8
96,3
201.10
41,79
164,13
58,8
83,3
35,3
383.32
1579.12
1579.12