

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Южанин)
15.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
16.07.2025					
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	5,62	5,49	26,6
	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	10.05	12.32	53.63
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день		3.00			
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,1	4,5
	СУП ОВОЩНОЙ	199	2,4	3,36	8,16
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	12,46	11,31	17,26
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7
Итого за обед		696.00	19.04	19.26	65.79
Полдник	МОЛОКО	201	5,6	4,9	9,29
	ПРЯНИКИ	28	1,77	1,4	22,5
Итого за полдник		229.00	7.37	6.30	31.79
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,69	3,09	2,4
	МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ С РИСОМ	150	2,34	9,66	20,43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32
	БАТОН	41	2,1	0,35	17,99
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04
Итого за ужин 1		463.00	6.92	13.37	54.18
Итого за день		1981.00	44.38	51.45	225.19
Среднее значение за период		1981.00	44.38	51.45	225.19

Исполнитель: Медсестра _____ (Курилова Е.И.)

Шеф-повар: _____ (Арязева МА)

ча Е.В.)

Эн.ценность
142,78
59,5
37,5
90,63
330.41
86
86.00
0
58,9
72,8
230
58,8
59,5
38,7
518.70
104,74
109,8
214.54
41,79
176,34
58,8
83,3
0,82
361.05
1510.70
1510.70