



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Котельникова Д.А.)
 31.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.02.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)	20	2,59	2,29	0,2	31,5
	БАТОН	27	2,06	0,27	13,85	70,73
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		452	16,16	18,57	69,15	513,91
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	104	0,52	0,1	10,29	44,72
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		204.00	0.92	0.50	20.09	91.72
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,5	57,9
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,16	3,44	13,44	93,6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	131,85
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5,83	17,37	9,03	212,46
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого за обед		720	14,85	29,37	84,52
Полдник	МОЛОКО	197	5,52	4,83	9,16	103,23
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	70	3,75	1,41	53,52	200,71
Итого за полдник		267	9,27	6,24	62,68	303,94
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	148	12,79	11,66	20,11	271,05
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	60	0,59	0,05	8,76	35,64
	БАТОН	26	1,98	0,26	13,34	68,11
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		464	15,68	12	46,85	395,61
Итого за день		2112	56,88	66,68	283,29	1937,69

Исполнитель: Медсестра _____ (Котельникова Д.А.)
 Шеф-повар: _____ (Табак Т.В.)