



УТВЕРЖДАЮ  
 Ведущий специалист (Шушакова Н.В.)  
 16.05.2024

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Зад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.05.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)	20	2,59	2,29	0,2	31,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
Итого за завтрак 1		650.00	17.60	21.91	76.71	573.71
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	58	1	5,07	3,03	57
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	200	6,8	8,4	8,5	147,5
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5,83	17,37	9,03	212,46
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		698.00	18.48	35.00	57.83	641.79
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	4,48	3,72	36,01	204,81
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	0,05	0	39,7	160,5
Итого за полдник		320.00	10.13	8.62	85.01	470.11
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	199	6,79	11,58	29,15	247,6
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,3	5,52	5,42	77,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		494.00	11.87	17.69	74.68	502.15
Итого за день		2267.00	58.48	83.62	304.03	2234.76

Исполнитель: Медсестра (Кузьминых С.С.)  
 Шеф-повар: (Шихалева Ю.Л.)