



Меню представляемых блюд

Категория: Сал

УТВЕРЖДАЮ

Составитель (Шушакова Н.В.)

19.06.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.06.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	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		430.00	10.49	12.06	52.86	363.33
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	145	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		145.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь	Соль йодированная ;	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	КУРИНАЯ ПОДЛИВА	80	14,14	11,4	3,63	173,25
	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		700.00	24.31	24.57	69.95	530.65
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	5,04	4,2	38,08	212,8
Итого за полдник		250.00	10.08	8.61	46.45	307.12
Ужин 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,1	4,5	58,9
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	24,97	10,16	27,48	301,11
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		505.00	28.42	15.78	52.11	464.35
Итого за день		2033.00	74.30	61.22	241.17	1751.45

Исполнитель: Медсестра (Кузьминых С.С.)

Шеф-повар: (Шихалеева Ю.Л.)