



УТВЕРЖДАЮ  
 (Шушакова Н.В.)  
 29.01.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.01.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,09	5,73	25,03	174,51
	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	10.84	12.83	53.63	372.21
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	140	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		240.00	1.40	0.60	29.60	133.00
На весь	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,1	4,5	58,9
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		695.00	22.51	29.19	68.11	623.25
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	66	4,63	9,57	30,11	243
Итого за полдник		266.00	10.23	14.47	39.41	347.80
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,89	3,09	4,09	49,79
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	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		455.00	13.41	13.84	40.57	356.84
Итого за день		2091.00	58.39	70.93	231.32	1833.10

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