



УТВЕРЖДАЮ  
*Медсестра* (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	
30.01.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,36	1,32	1,37	23,1
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		385.00	15.50	17.60	39.70	398.60
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 МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	СУП "ВОЛНА" С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	4,03	6,11	18,13	186,6
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	80	9,2	8,7	13,5	176,09
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого за обед		720.00	20.68	23.98	106.55
Полдник	КЕФИР	183	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за полдник		233.00	7.81	0.50	39.29	197.54
Ужин 1	САЛАТ "ОСЕННИЙ"	60	1,07	3,16	7,55	63,06
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
Итого за ужин 1		500.00	13.10	8.08	46.24	331.14
Итого за день		1943.00	57.49	50.56	241.58	1648.71

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