

Заведующий (Фетищева Е.Л.)

УТВЕРЖДАЮ

15.05.2024

№19

г. Кирова

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|-----------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 16.05.2024 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ | 200 | 4,96 | 6 | 21,74 | 161,81 |
| | БАТОН | 25 | 1,5 | 0,25 | 12,85 | 59,5 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,5 |
| | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 2,9 | 2,5 | 14,87 | 98,8 |
| Итого за завтрак 1 | | 430.00 | 9.41 | 12.90 | 49.51 | 357.61 |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) | 200 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 |
| | ГРУША | 72 | 0,38 | 0,31 | 10,31 | 47 |
| Итого за завтрак 2 | | 272.00 | 1.38 | 0.51 | 30.11 | 133.00 |
| На весь день | Соль йодированная | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за на весь день | | 5.00 | | | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ | 60 | 1 | 5,9 | 4,9 | 82,8 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 200 | 2,88 | 2,29 | 15,36 | 93,6 |
| | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 150 | 3,25 | 3,08 | 12,67 | 96,58 |
| | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 72,45 | 11,21 | 8,57 | 10,26 | 162,88 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20,95 | 1,17 | 0,17 | 9,3 | 41,06 |
| | БАТОН | 20 | 1,2 | 0,2 | 10,28 | 47,6 |
| | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 180 | 0,18 | 0,09 | 13,96 | 57,15 |
| | Итого за обед | | 703.40 | 20.89 | 20.30 | 76.73 |
| Полдник | КЕФИР | 169,3 | 5,07 | 0,17 | 6,76 | 52,43 |
| | ПРЯНИКИ | 30,5 | 1,8 | 1,42 | 22,88 | 111,63 |
| | БАТОН | 23,42 | 1,41 | 0,23 | 12,04 | 55,74 |
| Итого за полдник | | 223.22 | 8.28 | 1.82 | 41.68 | 219.80 |
| Ужин 1 | СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ | 60 | 0,9 | 0,06 | 5,28 | 25,2 |
| | МАКАРОНЫ С СЫРОМ | 180 | 7,52 | 9,21 | 34,2 | 250,62 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,12 | 0,16 | 8,8 | 39,2 |
| | БАТОН | 35 | 2,1 | 0,35 | 17,99 | 83,3 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | 0,04 | 0 | 9,15 | 36,78 |
| Итого за ужин 1 | | 475.00 | 11.68 | 9.78 | 75.42 | 435.10 |
| Итого за день | | 2108.62 | 51.64 | 45.31 | 273.45 | 1727.18 |

Исполнитель: Медсестра СН (Ситникова Н.А.)

Шеф-повар: _____ (Солодова Н.А.)