

УТВЕРЖДАЮ
М.А.Ибрагимова
23.06.2025

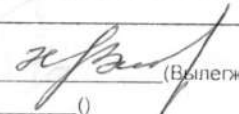
Мужайкина
23.06.2026

Исполнитель: Диетсестра Зеркина (Зылегжанина Н.М.)
Шеф-повар: _____ ()



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.06.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	37	3,08	0,51	26,41	122,31
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		430.00	10.58	10.28	57.21	364.08
Завтрак 2	ГРУША	180	0,76	0,62	20,62	94
Итого за завтрак 2		180.00	0.76	0.62	20.62	94.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
	ХЛЕБЦЫ (диета)	90	7,11	1,26	73,71	334,8
Итого за на весь день		93.00	7.11	1.26	73.71	334.80
Обед	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	60	3	4,5	4,12	69
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,12	2,24	16	96,8
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,2	135,99
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,85	0,41	22,59	99,7
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		709.00	20.76	20.54	94.71	566.59
Полдник	СНЕЖОК	151	5,6	5	22	154
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	68	3,75	1,41	53,52	200,71
Итого за полдник		219.00	9.35	6.41	75.52	354.71
Ужин 1	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,16
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	79	3,66	4,1	2,7	102,35
	БАТОН	22	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		431.00	8.42	9.32	42.27	351.69
Итого за день		2062.00	56.98	48.43	364.04	2065.87

Исполнитель: Диетсестра  (Вылегжанина Н.М.)
Шеф-повар: _____ ()