

УТВЕР:  
Заведующий \_\_\_\_\_  
26.06

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

| Прием пищи            | Наименование блюда                 | Вес блюда | Пищевые вещества |       |
|-----------------------|------------------------------------|-----------|------------------|-------|
|                       |                                    |           | Белки            | Жиры  |
| 27.06.2025            |                                    |           |                  |       |
| Завтрак 1             | КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ              | 148       | 6.2              | 6.87  |
|                       | БАТОН                              | 33        | 1.5              | 0.25  |
|                       | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                     | 5         | 0.05             | 4.15  |
|                       | ЧАЙ С МОЛОКОМ                      | 179       | 0.8              | 1     |
|                       | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)              | 40        | 5.08             | 4.36  |
| Итого за завтрак 1    |                                    | 405.00    | 13.63            | 16.63 |
| Завтрак 2             | СОК (фруктовый/овощной)            | 199       | 1                | 0.2   |
| Итого за завтрак 2    |                                    | 199.00    | 1.00             | 0.20  |
| На весь день          | Соль йодированная                  | 3         | 0                | 0     |
| Итого за на весь день |                                    | 3.00      |                  |       |
| Обед                  | САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ | 60        | 3                | 4.5   |
|                       | ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ             | 200       | 1.79             | 3.28  |
|                       | СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ        | 200       | 10.21            | 24.13 |
|                       | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ        | 180       | 0                | 0     |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 50        | 1.68             | 0.24  |
| Итого за обед         |                                    | 690.00    | 16.68            | 32.15 |
| Полдник               | КЕФИР                              | 205       | 5.99             | 0.2   |
|                       | ПЕЧЕНЬЕ                            | 20        | 0.02             | 0     |
| Итого за полдник      |                                    | 225.00    | 6.01             | 0.20  |
| Ужин 1                | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                    | 36        | 0.48             | 0     |
|                       | МАКАРОНЫ С СЫРОМ                   | 118       | 4.88             | 5.97  |
|                       | БАТОН                              | 47        | 2.1              | 0.35  |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ                      | 180       | 0                | 0     |
| Итого за ужин 1       |                                    | 381.00    | 7.46             | 6.32  |
| Итого за день         |                                    | 1903.00   | 44.78            | 55.50 |

Исполнитель: Медсестра \_\_\_\_\_ (Ерастова Ю.В.)  
Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Старкова Л.В.)

ЖДАЮ

\_\_\_\_\_(Маслеева Л.Н.)

.2025

| гва      | Эн.ценность |
|----------|-------------|
| Углеводы |             |
|          |             |
| 29.51    | 205.11      |
| 12.85    | 59.5        |
| 0.05     | 37.5        |
| 11.41    | 44.06       |
| 0.3      | 62.8        |
| 54.12    | 408.97      |
| 19.8     | 86          |
| 19.80    | 86.00       |
| 0        | 0           |
|          |             |
| 4.12     | 69          |
| 3.07     | 41.6        |
| 6.17     | 286.21      |
| 9.7      | 38.7        |
| 13.32    | 58.8        |
| 36.38    | 494.31      |
| 7.99     | 61.94       |
| 15.88    | 64.2        |
| 23.87    | 126.14      |
| 0.96     | 7.92        |
| 22.17    | 162.49      |
| 17.99    | 83.3        |
| 8.8      | 35.3        |
| 49.92    | 289.01      |
| 184.09   | 1404.43     |