

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий Сергей (Е.Н.Черкашина)

17.12.2024

Меню на 18.12.2024

Наименование блюда	Выход	Белки,	Жиры,	Углев	Эн/ц,
	Сад	г	г	оды, г	ккал
Завтрак 1					
суп молочный с макаронными изделиями	180	1,99	2,86	15,66	96,5
Кофейный напиток с молоком	190	0	0	11,85	47,27
Бутерброд с маслом	40	2,59	6,48	16,55	136,4
каша гречневая (диета)	160	1,34	2,24	17,86	96,86
Чай с сахаром (диета)	190	0	0	14,21	56,77
Итого за завтрак 1	760	5,93	11,58	76,12	433,8
Завтрак 2					
Напиток витаминный "Витошка"	100	0	0	48	188
Сок фруктовый (диета)	100	0,5	0,1	10,1	46
Итого за завтрак 2	200	0,5	0,1	58,1	234
Обед					
Закуска из репчатого лука	20	0,76	0,89	2,64	16,43
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	2,64	4,16	15,2	105,6
Каша пшеничная с маслом	150	1,32	2,06	11,22	68,59
Котлета мясная	80	19,59	8,37	7,38	275,6
Салат из квашеной капусты	50	0,67	5	5,17	61,67
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	72,4
Компот из смеси сухофруктов	190	0	16,15	17,86	72,96
Батон	20	1,54	0,6	10,66	47
Итого за обед	750	29,16	37,7	83,81	720,2
Полдник					
Кефир 2.5%	150	4,5	3,75	6	76,5
крендель с сахаром	50	0,4	2,31	2,24	31,35
Сок фруктовый (диета)	100	0,5	0,1	10,1	46
Итого за полдник	300	5,4	6,16	18,34	153,9
Ужин 1					
Запеканка творожная	100	14,09	9,01	14,57	196,1
Соус сметанный сладкий	50	2,26	3,21	4,27	75,45
Чай с сахаром	150	0	0	11,22	44,82
Батон	20	1,54	0,6	10,66	47
отварной рис(диета)	160	9,69	15,63	101,6	585,7
Итого за ужин 1	480	27,58	28,45	142,3	949,1
Итого день	2490	68,56	83,98	378,7	2491

Исполнитель: старшая медсестра Анж (Антонюк Л.Н.)