

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий Черкашина (Е.Н.Черкашина)

18.10.2024

Меню на 21.10.2024

Наименование блюда	Выход	Белки,	Жиры,	Углево	Эн/ц,
	Сад	г	г	ды, г	ккал
<b>Завтрак 1</b>					
Каша гречневая вязкая	180	7,31	7,45	35,82	254,81
Яйца вареные	1	0,13	0,11	0,01	1,57
Чай с сахаром	190	0	0	14,21	56,77
Печенье	40	0,82	0,46	2,64	18,8
<b>Итого за завтрак 1</b>	<b>411</b>	<b>8,25</b>	<b>8,03</b>	<b>52,68</b>	<b>331,95</b>
<b>Завтрак 2</b>					
Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46
<b>Итого за завтрак 2</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46</b>
<b>Обед</b>					
Закуска из репчатого лука	20	0,76	0,89	2,64	16,43
Суп картофельный с бобами (гороховый)	200	5,78	4,64	27	196,14
Вермишель отварная с маслом	150	6,6	4,64	56,03	321,2
печень, тушенная в томатном соусе	80	6,28	9,36	14,88	135,15
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
отварной рис с маслом (диета)	150	9,08	14,66	95,24	549,06
<b>Итого за обед</b>	<b>850</b>	<b>32,68</b>	<b>51,41</b>	<b>237,99</b>	<b>1410,3</b>
<b>Полдник</b>					
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
<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>5,4</b>	<b>6,16</b>	<b>18,34</b>	<b>153,85</b>
<b>Ужин 1</b>					
Каша молочная пшеничная	180	1,58	2,47	13,46	82,31
Кофейный напиток с молоком	190	0	0	11,85	47,27
Бутерброд с маслом	40	2,59	6,48	16,55	136,41
каша пшенная (диета)	160	1,34	2,24	17,86	96,86
Кофейный напиток (диета)	190	0	0	17,14	68,51
<b>Итого за ужин 1</b>	<b>760</b>	<b>5,52</b>	<b>11,19</b>	<b>76,85</b>	<b>431,37</b>
<b>Итого день</b>	<b>2421</b>	<b>52,35</b>	<b>76,88</b>	<b>395,96</b>	<b>2373,5</b>

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