

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий (Е.Н.Черкашина)

20.11.2024

Меню на 21.11.2024

Наименование блюда	Выход	Белки,	Жиры,	Углево	Эн/ц,
	Сад	г	г	ды, г	ккал
Завтрак 1					
каша молочная геркулесовая	180	2,14	3,35	14,45	96,5
Какао с молоком	190	5,13	4,52	25,99	141,15
Бутерброд с маслом	40	2,59	6,48	16,55	136,41
каша геркулесовая (диета)	160	1,9	2,98	12,85	85,78
Чай с сахаром (диета)	190	0	0	14,21	56,77
Итого за завтрак 1	760	11,77	17,33	84,05	516,61
Завтрак 2					
Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46
Итого за завтрак 2	100	0,5	0,1	10,1	46
Обед					
Закуска из репчатого лука	20	0,76	0,89	2,64	16,43
Суп овощной	200	2,64	4,16	15,2	105,57
Каша гречневая вязкая	150	6,09	6,21	29,85	212,34
курица в соусе с томатом	70	12,18	6,4	3,99	36,74
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	72,4
Кисель	190	0	0	18,62	76
Батон	20	1,54	0,6	10,66	47
Итого за обед	690	25,85	18,74	94,64	566,48
Полдник					
Кефир 2.5%	150	4,5	3,75	6	76,5
Вафли	30	0	0	0	0
Пряник	30	1,88	2,17	21,08	111,6
Сок фруктовый (диета)	100	0,5	0,1	10,1	46
Итого за полдник	310	6,88	6,03	37,18	234,1
Ужин 1					
Сельдь с луком репчатым	60	3,17	3,91	0,55	69,6
Картофельное пюре	100	1,48	2,18	12,01	73,82
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2
Чай с сахаром	190	0	0	14,21	56,77
Батон	20	1,54	0,6	10,66	47
Итого за ужин 1	390	7,51	6,94	44,27	283,4
Итого день	2250	52,5	49,13	270,24	1646,6

Исполнитель: старшая медсестра (Антонюк Л.Н.)