

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
14.03.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	28	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		433.00	10.49	12.06	52.86	363.33
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02	7,81	3,35	92,79
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ	200	5,17	5,54	8,54	119,82
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ	69	10,8	15,33	0	190,25
	СОУС МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ	50	1,3	4,73	5,13	68,27
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,17	0,07	12,94	52,48
Итого за обед		739.00	25.36	39.33	73.78	696.15
Полдник	МОЛОКО	201	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	31	1,77	1,4	22,5	109,8
	БАТОН	23	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		255.00	8.57	6.50	42.08	262.20
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	60	0,89	3,9	4	56,79
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	24,98	10,16	27,48	301,11
	СОУС СМЕТАННЫЙ	51	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	39	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,2	13,89	66,9
Итого за ужин 1		530.00	28.77	16.81	65.66	546.60
Итого за день		2160.00	74.19	74.90	254.18	1954.28
Среднее значение за период		2160.00	74.19	74.90	254.18	1954.28

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Профатило Н.В.)