

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
16.09.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	8,96	11,04	39,04	292,8
	БАТОН	25	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		430.00	13.71	18.14	67.64	490.50
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,8	3	6,3	56,5
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	198	2,16	3,44	13,44	93,6
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,27	3,35	10,73	91,5
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	80	7,13	27,85	1,09	319,02
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,17	0,07	12,94	52,48
Итого за обед		718.00	15.41	38.15	68.10	719.50
Полдник	МОЛОКО	163	5,6	4,9	9,3	104,8
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		213.00	8.80	7.56	35.02	251.09
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	58	1,6	3	3,79	49
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,89	1,11	12,68	48,96
Итого за ужин 1		463.00	14.34	14.75	48.39	384.59
Итого за день		1929.00	52.66	79.00	228.95	1892.68
Среднее значение за период		1929.00	52.66	79.00	228.95	1892.68

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Профатило Н.В.)