



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
18.12.2024						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	6,24	6,1	29,55	158,64
	БАТОН	18	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		423.00	10.99	13.20	58.15	356.34
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	197	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		197.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТ	60	1	4,1	4,5	58,9
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦ	200	14,13	8,7	24,14	234,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	18	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		690.00	26.07	17.13	74.99	561.90
Полдник	МОЛОКО	201	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	70	4,63	9,57	30,11	243
Итого за полдник		271.00	10.23	14.47	39.41	347.80
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1,05	9,92	7,71	124,32
	ОМЛЕТ	151	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	25	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		448.00	13.50	20.64	53.30	467.33
Итого за день		2034.00	61.79	65.64	245.65	1819.37
Среднее значение за период		2034.00	61.79	65.64	245.65	1819.37

Исполнитель: Медсестра \_\_\_\_\_ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Профатило Н.В.)