



Заведующий

(Шуппецова И.В.)

21.05.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность к
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.05.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	179	4,75	4,95	16,15	126,98
	БАТОН	31	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	3	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	185	3,21	2,71	15,75	101
Итого за завтрак 1		438,00	14,59	16,42	45,10	387,78
Завтрак 2	ГРУША	108	0,39	0,3	10,27	46,81
	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		308,00	1,39	0,50	30,07	132,81
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	46	1,66	3,13	1,58	41,08
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	197	2,17	3,29	7,15	66,74
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	148	2,93	4,94	15,05	141,64
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	77	7,32	1,65	4,03	79,82
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	1,12	0,18	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,77	43
Итого за обед		771,00	15,60	15,07	50,88	445,18
Полдник	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	201	0,51	0	13,18	56,21
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		231,00	0,54		37,00	152,51
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,7	3,04	10,38	63
	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	163	10,49	15,37	35,64	321,06
	БАТОН	25	1,2	0,2	10,26	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за ужин 1		448,00	12,51	18,64	56,34	432,57
Итого за день		2199,00	44,63	50,63	219,39	1550,85
Среднее значение за период		2199,00	44,63	50,63	219,39	1550,85

Исполнитель _____()

Шеф-повар _____()