

# Меню приготавливаемых блюд

«2018» сентябрь 2022 г.

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет / 3-6 лет / 7-11 лет / 12 лет и старше



Прием пищи Неделя День	Наименование	Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецепту ры
				Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	каше с овощами тушеные		210	7,9	9,9	48,2	287,8	122
	сметана (квашеные)		15	3,5	4,4	4,4	9,0	94,8
	булгур с овощами		40	8,4	3,5	15,2	138,1	1
	кофе с сахаром		200	3,8	3,0	24,5	111,1	382
	чай с сахаром		30	2,3	0,2	15,1	41,0	358
	сметана		100	9,4	9,4	9,8	144,0	
	сметана		595	18,3	25,4	106,8	232,6	
Итого за завтрак								
обед	шпрот рыбная		60	1,1	8,0	44,8	95,5	
	картофель. отваренный		200	2,3	2,2	16,2	94,1	708
	картофель тушеный		90	9,2	11,3	19,6	180,2	294
	салат овощной		150	3,8	5,3	38,9	288,0	304
	чай		200	1,0	0,2	20,2	92,0	389
	чай с сахаром		30	1,8	0,3	14,8	69,6	
	чай с сахаром		30	1,3	0,2	15,1	41,0	
Итого за обед			670	23,4	28,7	138,0	249,5	
Итого за день								

Медсестра

*А.С. Абдуллин*