



Заведующий (Санникова Наталья Владимировна)
28.02.2025



Заведующий (Санникова Наталья Владимировна)
28.02.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	154	4.53	4.22	26.05	159.98	
	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ (40 гр)	40	5.08	4.36	0.3	62.8	
	БАТОН	46	3	0.5	25.7	119	
	МАСЛО ПОРФИРИИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	192	3.2	2.7	15.7	100.7	
	Итого за завтрак 1	437.00	15.86	15.93	67.80	479.98	
	Завтрак 2	ЯБЛОКО	200	0.84	0.84	19.58	94
	Итого за завтрак 2	200.00	0.84	0.84	19.58	94.00	
	На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
	Итого за на весь день	2.00	0	0	0	0	
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1.01	4.09	4.5	58.91	
	РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	199	2.16	3.44	13.44	93.6	
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 варимент)	150	3.07	4.16	27.65	136.8	
	ВИТОЧИКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	80	9.94	13.86	1.1	221.1	
	ХЛЕБ РЖАНОИ	49	2.84	0.41	22.51	99.35	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9.7	38.7	
	Итого за обед	718.00	19.02	25.96	78.90	648.46	
	Полдник	МОЛОКО	185	5.62	4.91	9.33	105.12
	ПРЯНИКИ	40	2.36	1.87	30	146.4	
	Итого за полдник	225.00	7.98	6.78	39.33	251.52	
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	48	1	3.12	3.32	45.08	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	27	1.77	0.3	15.18	70.28	
	БАТОН	180	0.11	0.03	0.04	0.82	
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	394.00	12.03	13.81	39.32	332.24	
	Итого за ужин 1	1976.00	55.73	63.32	244.93	1806.20	

Исполнитель: Диетсестра (Выпечкина Н.М.)
Шеф-повар: (Звякина О.С.)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	156	4.53	4.22	26.05	159.98	
	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ (40 гр)	40	5.08	4.36	0.3	62.8	
	БАТОН	28	1.83	0.3	15.64	72.43	
	МАСЛО ПОРФИРИИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	175	2.87	2.42	14.09	90.37	
	Итого за завтрак 1	404.00	14.36	15.45	56.13	423.08	
	Завтрак 2	ЯБЛОКО	200	0.84	0.84	19.58	94
	Итого за завтрак 2	200.00	0.84	0.84	19.58	94.00	
	На весь день	Соль йодированная	2	0	0	0	0
	Итого за на весь день	2.00	0	0	0	0	
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0.67	2.73	3	39.27	
	РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1.94	3.1	12.1	84.24	
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 варимент)	130	2.66	3.61	23.96	118.56	
	ВИТОЧИКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	60	7.46	10.39	0.83	165.82	
	ХЛЕБ РЖАНОИ	41	2.22	0.32	17.62	77.77	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9.7	38.7	
	Итого за обед	631.00	14.95	20.15	67.21	524.36	
	Полдник	МОЛОКО	190	5.6	4.9	9.3	104.8
	ПРЯНИКИ	40	2.36	1.87	30	146.4	
	Итого за полдник	230.00	7.96	6.77	39.30	251.20	
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ	29	0.6	1.89	2.01	27.24	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	28	1.78	0.3	15.26	70.68	
	БАТОН	180	0.11	0.03	0.04	0.82	
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	380.00	10.39	11.16	35.25	285.27	
	Итого за ужин 1	1827.00	48.50	54.37	217.47	1577.91	

Исполнитель: Диетсестра (Выпечкина Н.М.)
Шеф-повар: (Звякина О.С.)