

**Меню на 05.02.2025 (Сад)**

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецеп туры
<b>Завтрак 1</b>						
Творожная запеканка со сметаной	140	280,78	22,86	14,8	24,73	3
Хлеб пшеничный	30	89,19	2,52	0,86	17,4	1
Масло сливочное	8	59,84	0,05	6,61	0,07	1
Какао на молоке	180	132,6	47,56	42,32	89,08	4
Салат из моркови с растительным маслом	100	105,92	1,21	7,09	9,69	6
<b>Итого за завтрак 1</b>	<b>458</b>	<b>668,33</b>	<b>74,19</b>	<b>71,69</b>	<b>140,97</b>	
<b>Завтрак 2</b>						
Сок фруктовый	180	82,8	0,9	0,18	18,18	3
<b>Итого за завтрак 2</b>	<b>180</b>	<b>82,8</b>	<b>0,9</b>	<b>0,18</b>	<b>18,18</b>	
<b>Обед</b>						
Свекольник на м/ б со сметаной	200	72	2,1	3,78	5,33	64
Плов со свининой	200	324,64	10,5	14,08	26,68	46
Салат из квашенной капусты	70	63,17	0,56	4,06	5,42	13
Хлеб ржаной	40	85,12	2,13	0,47	19,02	2
Компот из сухофруктов	150	82,5	0,3	0,01	20,07	2
Соль	4					
<b>Итого за обед</b>	<b>664</b>	<b>627,43</b>	<b>15,59</b>	<b>22,4</b>	<b>76,53</b>	
<b>Полдник</b>						
Кефир	150	75	4,2	3,74	6	2
Булочка домашняя	90	88,97	7,39	10,92	18,28	5
<b>Итого за полдник</b>	<b>240</b>	<b>163,97</b>	<b>11,59</b>	<b>14,66</b>	<b>24,28</b>	
<b>Ужин 1</b>						
Каша пшенная молочная жидкая	230	212,38	58,99	53,53	113,43	10
Хлеб пшеничный	30	89,19	2,52	0,86	17,4	1
Чай	180	57,73			14,44	1
<b>Итого за ужин 1</b>	<b>440</b>	<b>359,3</b>	<b>61,52</b>	<b>54,39</b>	<b>145,27</b>	
<b>Рекомендованный ужин 2</b>						
<b>Итого день</b>	<b>1982</b>	<b>1901,83</b>	<b>163,79</b>	<b>163,32</b>	<b>405,23</b>	

Исполнитель: старшая  
 медсестра \_\_\_\_\_ (Полозова О.В.)

Шеф-повар:  
 \_\_\_\_\_ (Орленко В.М.)