



УТВЕРЖДАЮ
Балахничева Л.А.
(Балахничева Л.А.)
13.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Диета (8 день)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.05.2025						
Завтрак 1	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	1,6	0,6	23,1	103,9
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ХЛЕБЦЫ	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за завтрак 1		460.00	13,4	11,02	78,51	393,05
Завтрак 2	ЯБЛОКО	120	0,48	0,48	11,76	56,4
Итого за завтрак 2		120.00	0.48	0.48	11.76	56.40
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	60	0,31	2,97	4,67	44,23
	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ вег.	200	2	2,64	10,98	88,74
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	75	16,38	13,46	6,89	214,28
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ХЛЕБЦЫ	15	1,18	0,21	12,28	55,6
Итого за обед		731.00	25,78	24,67	73,46	651,28
Полдник	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ПЕЧЕНЬЕ НА СТЕВИЕЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	60	6,18	12,06	26,46	238,8
Итого за полдник		260	6,31	12,09	26,5	239,81
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,7	3,05	10,38	63
	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	150	3,75	5,06	14,63	126
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С ЛУКОМ	80	16,44	8,84	5,44	167,45
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ХЛЕБЦЫ	15	1,18	0,21	12,28	55,6
Итого за ужин 1		520.00	24,28	17,54	60,76	496,17
Итого за день		2094.00	70,25	65,8	250,99	1836,71
Среднее значение за период		2094.00	70,25	65,8	250,99	1836,71

Исполнитель: Медсестра *Р* (Рыболовлева Н. В.)
Шеф-повар: *О* (Одегова Е. Н.)