

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий *С.В. Квачур* (Квачур С.В. Н.)

01.04.2021

Меню на 01.04.2021 (Ясли)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Каша рисовая молочная	150	102,9	1,14	3,79	16,07
Кофейный напиток на молоке	150	80,31	2,29	2,4	13,01
Батон с маслом	34	88,97	2,63	1,02	17,01
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,45	10,41
Завтрак 2					
Сок	94	43,24	0,47	0,09	9,49
Компот из сухофруктов	150				
Яблоко	69	30,87	0,28	0,28	6,87
Обед					
Рассольник со сметаной на мясокостном бульоне	180	356,4	10,26	21,24	29,56
Гуляш мясной	90	176,99	20,25	8,85	5,1
Каша пшенная с маслом	95	45,86	0,51	1,69	7,16
Салат из свеклы с луком	72				
Хлеб	34	95,1	3,05	1,11	19,53
Батон	18	62,72	1,79	0,72	12,33
Суп рисовый	180				
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37
Соль	3				
Полдник					
Бифидок	102	58,4	2,79	3,18	4,67
Батон	27	94,08	2,69	1,08	18,49
Яблоко	69	30,87	0,28	0,28	6,87
Ужин 1					
Котлета рыбная	60	128,98	2,1	1,75	2,15
Салат из свеклы с луком	72				
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,45	10,41
Каша пшенная с маслом	110				
Батон	18	62,72	1,79	0,72	12,33

Исполнитель: *С.М. Душина* Старшая Медсестра (Кулабухова О.В.)

Повар: *С.В. Квачур* (Душина С.М.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Каур Е.Н.)

01.04.2021

Меню на 01.04.2021 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Каша рисовая молочная	180	123,48	1,37	4,55	19,28
Кофейный напиток на молоке	180	96,37	2,75	2,88	15,61
Батон с маслом	29	75,89	2,24	0,87	14,51
Каша рисовая с растительным маслом и сахаром	110				
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,94	12,49
Завтрак 2					
Сок	130	59,8	0,65	0,13	13,13
Яблоко	100	44,73	0,41	0,41	9,96
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64
Обед					
Рассольник со сметаной на мясокопном бульоне	200	396	11,4	23,6	32,84
Гуляш мясной	100	196,66	22,5	9,83	5,67
Каша пшеничная с маслом	100	48,27	0,54	1,78	7,54
Помидор соленый	36	4,32	0,18		0,83
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64
Хлеб	49	137,06	4,4	1,6	28,15
Батон	21,8	75,97	2,17	0,87	14,93
Суп рисовый	200				
Соль	4				
Полдник					
Бифидок	155	88,74	4,25	4,83	7,1
Батон	22	76,66	2,19	0,88	15,07
Яблоко	103	46,08	0,42	0,42	10,26
Ужин 1					
Котлета рыбная	60	128,98	2,1	1,74	2,16
Салат из свеклы с луком	72				
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,94	12,49
Батон	25	87,12	2,49	1	17,13
Каша пшеничная с маслом	110	53,1	0,59	1,96	8,29

Исполнитель: Старшая Медсестра (Кулабухова О.В.)

Повар: (Душина С.М.)

Кулабухова

Душина