

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий *Кулабухова О.В.* (Кулабухова О.В.)

06.04.2021

Меню на 06.04.2021 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Каша пшеничная молочная	150	365,82	11,16	12,11	52,91
Батон с маслом и сыром	44	115,14	3,39	1,32	22,02
каша рисовая с растительным маслом и с сахаром	100				
чай с сахаром	150				
Какао на молоке	150	80,31	2,29	2,4	13,01
Завтрак 2					
Яблоко	80	35,79	0,33	0,33	7,97
Обед					
Борщ со сметаной на мясокостном бульоне	150	61,5	1,5	2,7	7,95
Котлета мясная	70	155,47	17,01	10,11	
Каша рисовая с маслом	95	145,07	1,99	2,76	27,72
Свекла отварная	70	73,5	1,19	4,76	6,44
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37
Хлеб	39	109,08	3,5	1,27	22,4
Батон	21	73,17	2,09	0,84	14,38
суп картофельный	150				
Соль	3				
Полдник					
Кефир	115	64,4	3,33	3,68	4,6
Компот из сухофруктов	150				
Батон	31	108,03	3,09	1,24	21,23
Ужин 1					
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	80	0,67	6	5,73
Картофельное пюре	150	118,67	2,37	4,48	17,23
Чай на молоке	150	209,11	6,22	6,97	32,02
чай с сахаром	150				
Батон	21	73,18	2,09	0,84	14,39

Исполнитель: *Светлана Медистра* (Кулабухова О.В.)
 Повар: *Светлана С.М.* (Душина С.М.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий Белкина Е.Н.

06.04.2021

Меню на 06.04.2021 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Каша пшеничная молочная	180	439	13,39	14,53	63,5
Батон с маслом и сыром	50	130,84	3,85	1,5	25,03
Какао на молоке	180	96,37	2,75	2,88	15,61
Каша рисовая с растительным маслом и сахаром	100				
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,94	12,49
Завтрак 2					
Яблоко	100	44,74	0,41	0,41	9,96
Обед					
Борщ со сметаной на мясокостном бульоне	200	82	2	3,6	10,6
Котлета мясная	80	177,68	19,44	11,55	
Каша рисовая с маслом	100	152,71	2,09	2,91	29,18
Помидор соленый	35	4,2	0,18		0,81
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64
Хлеб	53	148,25	4,76	1,73	30,44
Батон	21	73,18	2,09	0,84	14,38
Суп картофельный	200	180,84	8,16	7,58	16,7
Соль	3				
Полдник					
Кефир	130	72,8	3,77	4,16	5,2
Батон	21	73,18	2,09	0,84	14,38
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64
Ужин 1					
Рыба, тушеная в томате с овощами	140	112	0,94	8,4	8,02
Картофельное пюре	170	134,5	2,69	5,08	19,53
Чай на молоке	180	250,94	7,47	8,37	38,43
Батон	24	83,63	2,39	0,96	16,44
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,94	12,49

Исполнитель: Старшая Медсестра Кулабухова О.В.

Повар: Душина С.М.

Кулабухова

(Кулабухова О.В.)

(Душина С.М.)

