

УТВЕРЖАЮ
Заведующий *С.М. Душина* (Кагур Е.Н.)
19.01.2022

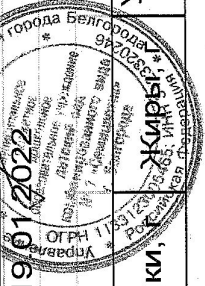


Меню на 19.01.2022 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн. ценность (ккал.)	Белки, г		Жиры, г		№ рецептуры
			г	г	г	г	
Завтрак 1							
Каша геркулесовая молочная	210	431,11	13,17	18,5	53		1
Кофейный напиток на молоке	180	96,37	2,75	2,88	15,61		134
Батон с маслом	33	86,35	2,54	0,99	16,52		1
Каша гречневая с растительным маслом и сахаром	100						1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,94	12,49		5
Завтрак 2							
Яблоко	108	48,32	0,44	0,44	10,76		6
Обед							
Рассольник со сметаной на мясокостном бульоне	200	396	11,4	23,6	32,84		1
Плов с мясом	180	606,97	31,09	23,6	52,29		1
Помидор соленый	24	2,88	0,12		0,55		1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64		5
Хлеб	39	109,09	3,5	1,27	22,4		1
Батон	23	80,14	2,29	0,92	15,75		1
Соль	4						1
Полдник							
Кефир	160	89,6	4,64	5,12	6,4		2
Ватрушка с творогом	100	240,8	7,81	2,9	45,97		1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64		5
Ужин 1							
Лапшевник с творогом	140	254,79	12,04	10,78	24,5		1
Сладкая подлива	25	14			9		1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,94	12,49		5
Итого день	2246	2956,16	116,85	96,88	429,85		

Исполнитель: Старшая медсестра *Е.М.* (Кулабухова О.Б.)
Повар: *С.М.* (Душина С.М.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий *С. С. С.* (Качко Е.Н.)



Меню на 19.01.2022 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн. ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша геркулесовая молочная	160	328,46	10,03	14,1	40,38	1
Кофейный напиток на молоке	150	80,31	2,29	2,4	13,01	134
Каша гречневая с растительным маслом и сахаром	100					
Чай с сахаром	150					
Батон с маслом	40	104,66	3,08	1,2	20,02	1
Завтрак 2						
Яблоко	105	46,98	0,43	0,43	10,46	6
Обед						
Рассольник со сметаной на мясокостном бульоне	180	356,4	10,26	21,24	29,56	1
Плов с мясом	160	539,47	27,63	20,98	46,48	1
Помидор соленый	24	2,88	0,12		0,55	1
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	5
Хлеб	44	123,08	3,95	1,43	25,27	1
Батон	27	94,08	2,69	1,08	18,49	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	132	73,92	3,83	4,22	5,28	2
Компот из сухофруктов	150					
Вафли	33	292,05	2,14	2,72	63,53	1
Ужин 1						
Лапшевник с творогом	120	218,38	10,32	9,24	21	1
Сладкая подлива	25	14		9		1
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,45	10,41	5
Итого день	1504	2482,88	87,21	81,5	354,8	
Исполнитель: Старшая медсестра <i>Кул</i> (Кулабухова О.Б.)						
Повар: <i>Ду</i> (Душина С.М.)						