

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

11.03.2022



Меню на 11.03.2022 (Сад)

| Блюдо | Выход, г | Эн.ценность (ккал.) | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | № рецептуры |
|--|-------------|---------------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Завтрак 1 | | | | | | |
| Каша пшеничная молочная | 180 | 439 | 13,39 | 14,53 | 63,5 | 68 |
| Какао с молоком | 180 | 271,49 | 5,96 | 6,93 | 45,77 | |
| Батон с маслом | 29 | 75,89 | 2,24 | 0,87 | 14,51 | 1 |
| Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром | 110 | | | | | 1 |
| Чай с сахаром | 180 | 47,32 | 11,52 | 2,93 | 12,49 | 5 |
| Завтрак 2 | | | | | | |
| Яблоко | 115 | 51,45 | 0,47 | 0,47 | 11,45 | 6 |
| Обед | | | | | | |
| Рассольник на мясокостном бульоне | 200 | 396 | 11,4 | 23,6 | 32,84 | 1 |
| Картофель тушеный с мясом | 170 | 122,76 | 2,13 | 5,87 | 15,37 | 1 |
| Свекла отварная | 60 | 63 | 1,02 | 4,08 | 5,52 | 10 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 202,55 | 1,01 | | 49,64 | |
| Хлеб | 36 | 100,7 | 3,23 | 1,17 | 20,68 | 1 |
| Батон | 19 | 66,21 | 1,89 | 0,76 | 13,01 | 1 |
| Соль | 4 | | | | | 1 |
| Полдник | | | | | | |
| Кефир | 118 | 66,08 | 3,42 | 3,78 | 4,72 | 2 |
| Батон | 19 | 66,21 | 1,89 | 0,76 | 13,01 | 1 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 202,55 | 1,01 | | 49,64 | |
| Ужин 1 | | | | | | |
| Лапшевник с творогом | 130 | 236,6 | 11,18 | 10,01 | 22,75 | |
| Сладкая подлива | 30 | 16,8 | | | 10,8 | |
| Чай с сахаром | 180 | 47,32 | 11,52 | 2,93 | 12,49 | 5 |
| Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром | 110 | | | | | 1 |
| Итого день | 2230 | 2471,93 | 83,28 | 78,69 | 398,19 | |

Исполнитель: Старшая медсестра *Сум* (Кулабухова О.В.)

Повар: *Сум* (Душина С.М.)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий *О. Кулабухова*

11.03.2022



Меню на 11.03.2022 (Ясли)

| Блюдо | Выход, г | Эн.ценность (ккал.) | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | № рецептуры |
|--|-------------|---------------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Завтрак 1 | | | | | | |
| Каша пшеничная молочная | 150 | 365,82 | 11,16 | 12,11 | 52,91 | 68 |
| Какао с молоком | 150 | 226,23 | 4,97 | 5,77 | 38,14 | |
| Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром | 100 | | | | | |
| Чай с сахаром | 150 | | | | | |
| Батон с маслом | 32 | 83,74 | 2,47 | 0,96 | 16,01 | 1 |
| Завтрак 2 | | | | | | |
| Яблоко | 90 | 40,26 | 0,37 | 0,37 | 8,96 | 6 |
| Обед | | | | | | |
| Рассольник на мясокостном бульоне | 180 | 356,4 | 10,26 | 21,24 | 29,56 | 1 |
| Картофель тушеный с мясом | 150 | 108,31 | 1,88 | 5,18 | 13,56 | 1 |
| Свекла отварная | 60 | 63 | 1,02 | 4,08 | 5,52 | 10 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 168,78 | 0,84 | | 41,37 | |
| Хлеб | 44 | 123,08 | 3,95 | 1,43 | 25,28 | 1 |
| Батон | 19 | 66,21 | 1,89 | 0,76 | 13,01 | 1 |
| Соль | 4 | | | | | 1 |
| Полдник | | | | | | |
| Кефир | 100 | 56 | 2,9 | 3,2 | 4 | 2 |
| Компот из сухофруктов | 150 | | | | | |
| Батон | 19 | 66,21 | 1,89 | 0,76 | 13,01 | 1 |
| Ужин 1 | | | | | | |
| Лапшевник с творогом | 115 | 209,3 | 9,89 | 8,85 | 20,12 | |
| Сладкая подлива | 30 | 16,8 | | | 10,8 | |
| Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром | 100 | | | | | |
| Чай с сахаром | 150 | 39,43 | 9,6 | 2,44 | 10,41 | 5 |
| Итого день | 1443 | 1989,57 | 63,09 | 67,15 | 302,66 | |

Исполнитель: Старшая медсестра *Кум* (Кулабухова О.В.)

Повар: *Свет* (Душина С.М.)