

УТВЕРЖАЮ  
Заведующий (Кашур Е.Н.)



Меню на 14.03.2022 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша гречневая с маслом и сахаром	120	155,24	5,26	4,45	23,3	3
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Печенье	34	39,95	1,73	0,97	5,61	2
Завтрак 2						
Яблоко	105	46,98	0,43	0,43	10,46	6
Обед						
Суп гороховый	200	180,84	8,16	7,58	16,7	8
Картофельное пюре	170	134,5	2,69	5,08	19,53	1
Помидор соленый	23	2,76	0,12		0,53	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	35	97,9	3,14	1,14	20,1	1
Батон	18	62,72	1,79	0,72	12,33	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	117	65,52	3,39	3,74	4,68	2
Ватрушка с повидлом	95	258,7	5,21	2,46	54,02	
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Омлет	100	226,92	14,16	16,36	5,84	
Салат из свеклы и зеленого горошка	70	72,1	1,4	4,76	5,88	59
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Батон	21	73,18	2,09	0,84	14,39	1
Каша гречневая с маслом	110	140,38	4,44	3,75	19,8	3
<b>Итого день</b>	<b>1942</b>	<b>2221,59</b>	<b>72,53</b>	<b>60,91</b>	<b>360,06</b>	

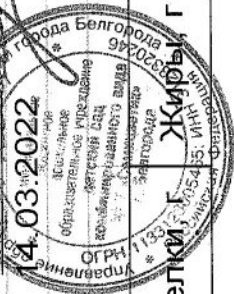
Исполнитель: Старшая медсестра *Кул* (Кулабухова О.В.)

Повар: *С* (Душина С.М.)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

М.В. Душину (И.И. Качур Е.Н.)



Меню на 14.03.2022 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, Жиры, Углеводы, г			№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак 1						
Каша гречневая с маслом и сахаром	120	155,24	5,26	4,45	23,3	3
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,44	10,41	5
Печенье	25	29,37	1,27	0,71	4,12	2
Завтрак 2						
Яблоко	93	41,61	0,38	0,38	9,26	6
Обед						
Суп гороховый	180	162,76	7,34	6,82	15,03	8
Картофельное пюре	160	126,58	2,53	4,78	18,38	1
Помидор соленый	23	2,76	0,12		0,53	1
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84	1,24	41,37	1
Хлеб	38	106,29	3,41		21,82	1
Батон	18	62,72	1,79	0,72	12,33	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	116	64,96	3,36	3,71	4,64	2
Компот из сухофруктов	150					
Батон с повидлом	40					1
Ужин 1						
Омлет	100	226,92	14,16	16,36	5,84	
Салат из свеклы и зеленого горошка	70	72,1	1,4	4,76	5,88	59
Кофейный напиток	150	176,23	4,14	4,74	29,27	
Каша гречневая с маслом	100					
Батон	21	73,18	2,09	0,84	14,38	1
<b>Итого день</b>	<b>1458</b>	<b>1508,93</b>	<b>57,69</b>	<b>51,95</b>	<b>216,57</b>	

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

Повар: *Ос* (Душина С.М.)