

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий *С. М. Душина* (Жачур Е. Н.)

16.03.2022

Меню на 16.03.2022 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша пшеничная молочная	190	59,66	0,67	2,2	9,31	1
Кофейный напиток с молоком	180	87,34	2,45	2,79	12,92	
Батон с маслом	28	73,27	2,16	0,84	14,01	1
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	110					1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Завтрак 2						
Кисель фруктовый	180					1
Яблоко	107	47,87	0,44	0,44	10,66	6
Обед						
Рассольник со сметаной на мясокостном бульоне	200	396	11,4	23,6	32,84	1
Мясное рагу	170					1
Свекла отварная	50	52,5	0,85	3,4	4,6	10
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	36	100,7	3,23	1,17	20,68	1
Батон	18	62,72	1,79	0,72	12,33	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	122	68,32	3,54	3,9	4,88	2
Батон	18	62,72	1,79	0,72	12,33	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Запеканка творожная	130	201,06	14,72	10,1	12,27	
Сладкая подлива	27	15,12			9,72	
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	110					1
Итого день	2400	1891,19	61,55	58,5	303,44	

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

Повар: *С. М. Душина* (Душина С.М.)

УТВЕРЖДАЮ

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

16.03.2022

Меню на 16.03.2022 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша пшеничная молочная	170	53,38	0,6	1,97	8,33	1
Кофейный напиток с молоком	150	72,78	2,04	2,32	10,77	
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	100					
Кофейный напиток	150					
Батон с маслом	29	75,89	2,24	0,87	14,51	1
Завтрак 2						
Кисель фруктовый	150					1
Яблоко	95	42,5	0,39	0,39	9,46	6
Обед						
Рассольник со сметаной на мясокостном бульоне	180	356,4	10,26	21,24	29,56	1
Мясное рагу	150					1
Свекла отварная	50	52,5	0,85	3,4	4,6	10
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	
Хлеб	39	109,09	3,5	1,27	22,4	1
Батон	18	62,72	1,79	0,72	12,33	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	120	67,2	3,48	3,84	4,8	2
Компот из сухофруктов	150					
Батон	18	62,72	1,79	0,72	12,33	1
Ужин 1						
Запеканка творожная	120	185,58	13,59	9,32	11,33	
Сладкая подлива	27	15,12			9,72	
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	100					
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,44	10,41	5
Итого день	1620	1364,09	50,97	48,49	201,92	
Исполнитель: <i>С.М. Душина</i> Старшая медсестра (Кулабухова О.В.)						
Повар: <i>С.М. Душина</i> (Душина С.М.)						