

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий *Е.Н.*



Меню на 21.03.2022 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Яйцо вареное	40	29,39	2,49	2,18	0,14	1
Икра кабачковая	60	41,76	0,55	2,82	3,55	1
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
Бефстроганов из печени	100	155,83	12,93	10,36	2,74	1
Каша пшенная с маслом	120	57,92	0,65	2,14	9,05	1
Огурец соленый	23	2,99	0,18	0,02	0,39	15
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01	49,64	49,64	
Хлеб	36	100,7	3,23	1,17	20,68	1
Батон	17	59,23	1,69	0,68	11,64	1
Соль	4					1
Полдник						
Бифидок	116	66,41	3,18	3,61	5,31	5
Батон	17	59,23	1,69	0,68	11,64	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01	49,64	49,64	
Ужин 1						
Сельдь	33	100,19	13,24	5,23		1
Картофельное пюре	160	126,59	2,53	4,78	18,38	1
Кофейный напиток с молоком	180	87,34	2,45	2,79	12,92	
Батон	21	73,18	2,09	0,84	14,38	1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
<b>Итого день</b>	<b>1986</b>	<b>1892,43</b>	<b>75,73</b>	<b>54,9</b>	<b>290,48</b>	
Исполнитель: Старшая медсестра <i>Кулабухова О.В.</i>						
Повар: <i>Душина С.М.</i> (Душина С.М.)						

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий *С.В.Кулабухова* (Кулабухова Е.Н.)



Меню на 21.03.2022 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Яйцо вареное	40	29,39	2,49	2,18	0,14	1
Икра кабачковая	60	41,76	0,55	2,82	3,55	1
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	90	40,27	0,37	0,37	8,97	6
Обед						
Суп гороховый	180	162,76	7,34	6,82	15,03	8
Бефстроганов из печени	80	124,66	10,34	8,29	2,19	1
Каша пшенная с маслом	110	53,09	0,6	1,96	8,3	1
Огурец соленый	23	2,99	0,18	0,02	0,39	15
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	
Хлеб	37	103,49	3,32	1,2	21,25	1
Батон	17	59,23	1,69	0,68	11,64	1
Соль	4					1
Полдник						
Бифидок	112	64,12	3,07	3,49	5,13	5
Компот из сухофруктов	150					
Батон	17	59,23	1,69	0,68	11,64	1
Ужин 1						
Картофельное пюре	160	126,59	2,53	4,78	18,38	1
Свекла отварная	50	52,5	0,85	3,4	4,6	10
Кофейный напиток с молоком	150	72,78	2,04	2,32	10,77	
Батон	20	69,69	1,99	0,8	13,69	1
<b>Итого день</b>	<b>1475</b>	<b>1300,13</b>	<b>50,76</b>	<b>42,96</b>	<b>191,57</b>	

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

Повар: *С.М. Душина* (Душина С.М.)