

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий

С. Кулабухова (Е.Н.)

Меню на 22.03.2022 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша манная молочная	180	395,6	11,05	14,35	55,4	
Кофейный напиток с молоком	180	87,34	2,45	2,79	12,92	
Батон с маслом и сыром	53	138,69	4,09	1,59	26,53	1
Каша гречневая 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	102	45,63	0,42	0,42	10,16	6
Обед						
Щи из квашеной капусты на мясокостном бульоне со сметаной	200	66	2,2	3,6	6,4	25
Котлета мясная	52	115,48	12,64	7,51		289
Картофельное пюре	160	126,59	2,53	4,78	18,38	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	17	59,23	1,69	0,68	11,64	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	118	66,08	3,42	3,78	4,72	2
Батон	17	59,23	1,69	0,68	11,64	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Тефтели рыбные	85	128,73	21,65	3,52	5,94	
Икра кабачковая	63	43,85	0,57	2,96	3,73	1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Батон	20	69,69	1,99	0,8	13,7	1
<b>Итого день</b>	<b>2319</b>	<b>2166,71</b>	<b>88,17</b>	<b>57,22</b>	<b>348,7</b>	

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

Повар: *Душина* (Душина С.М.)

УТВЕРЖАЮ  
Заведующий (Кулабухова О.В.)



Меню на 22.03.2022 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша манная молочная	150	329,65	9,21	11,96	46,16	
Кофейный напиток с молоком	150	72,78	2,04	2,32	10,77	
Каша гречневая с растительным маслом и сахаром	100					
Кофейный напиток	150					
Батон с маслом и сыром	45	117,75	3,47	1,35	22,52	1
Завтрак 2						
Кисель фруктовый	150					1
Яблоко	87	38,92	0,36	0,36	8,67	6
Обед						
Щи из квашеной капусты на мясокостном бульоне со сметаной	180	59,4	1,98	3,24	5,76	25
Котлета мясная	52	115,48	12,64	7,51		289
Картофельное пюре	150	118,68	2,37	4,48	17,23	1
Помидор соленый	23	2,76	0,12		0,53	1
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	
Хлеб	36	100,69	3,23	1,17	20,67	1
Батон	16	55,74	1,59	0,64	10,95	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	110	61,6	3,19	3,52	4,4	2
Компот из сухофруктов	150					
Батон	16	55,74	1,59	0,64	10,95	1
Ужин 1						
Тефтели рыбные	85	128,73	21,65	3,52	5,94	
Икра кабачковая	63	43,85	0,57	2,96	3,73	1
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,44	10,41	5
Батон	20	69,69	1,99	0,8	13,7	1
<b>Итого день</b>	<b>1637</b>	<b>1579,67</b>	<b>76,44</b>	<b>46,91</b>	<b>233,77</b>	

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

Повар: *Душина С.М.* (Душина С.М.)