

УТВЕРЖАЮ
Заведующий *С.М. Душина* (Качур Е.Н.)

23.03.2022

Меню на 23.03.2022 (Сад)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша пшеничная молочная	200	62,8	0,7	2,32	9,8	1
Кофейный напиток с молоком	180	87,34	2,45	2,79	12,92	
Батон с маслом	27	70,65	2,08	0,81	13,51	1
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	110					1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Завтрак 2						
Салат из тертой моркови с сахаром	50	34,2	0,29	2,52	2,6	1
Сок	106	48,76	0,53	0,11	10,71	1
Обед						
Рассольник со сметаной на мясокостном бульоне	200	395,98	11,4	23,6	32,83	1
Запеканка вермишелевая с отварным мясом и со сметаной	150	352,65	18,21	10,89	43,05	2
Помидор соленый	23	2,76	0,12		0,53	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	36	100,7	3,23	1,17	20,68	1
Батон	17	59,23	1,69	0,68	11,64	1
Картофель тушеный с мясом	160	115,54	2	5,52	14,46	1
Соль	4					1
Полдник						
Бифидок	120	68,7	3,29	3,73	5,5	5
Булочка "Домашняя"	85	215,88	4,14	6,7	34,82	
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	25	14			9	
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	110					1
Итого день	2453	2494,15	83,36	79,56	381,21	

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

Повар: *Душина С.М.* (Душина С.М.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий *Кулабухова О.В.*

23.03.2022

Меню на 23.03.2022 (Ясли)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша пшенная молочная	180	56,52	0,63	2,09	8,82	1
Кофейный напиток с молоком	150	72,78	2,04	2,32	10,77	
Каша пшенная с растительным маслом и сахаром	100					
Кофейный напиток	150					
Батон с маслом	27	70,65	2,08	0,81	13,51	1
Завтрак 2						
Салат из тертой моркови с сахаром	50	34,2	0,29	2,52	2,6	1
Сок	100	46	0,5	0,1	10,1	1
Обед						
Рассольник со сметаной на мясокостном бульоне	180	356,38	10,26	21,24	29,55	1
Запеканка вермишелевая с отварным мясом и со сметаной	150	352,63	18,21	10,89	43,05	2
Помидор соленый	23	2,76	0,12	0,53	0,53	1
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84	41,37	41,37	
Хлеб	37	103,49	3,32	1,2	21,25	1
Батон	17	59,23	1,69	0,68	11,64	1
Картофель тушеный с мясом	150					
Соль	4					1
Полдник						
Бифидок	112	64,12	3,07	3,48	5,13	5
Компот из сухофруктов	150					
Батон повидлом	17	59,24	1,69	0,68	11,65	1
Ужин 1						
Запеканка творожная	110	170,1	12,46	8,54	10,39	
Сладкая подлива	25	14			9	
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,44	10,41	5
Каша пшенная с растительным маслом и сахаром	100					
Итого день	1482	1670,3	66,8	57	239,77	

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

Повар: *Душина С.М.* (Душина С.М.)