

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

24.03.2022

Меню на 24.03.2022 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша пшеничная молочная	180	439	13,39	14,53	63,5	68
Чай с молоком	180	138,04	4,23	5,53	18,67	
Батон с маслом	27	70,65	2,08	0,81	13,51	1
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	110					1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Завтрак 2						
Яблоко	105	46,98	0,43	0,43	10,46	6
Обед						
Борщ со сметаной на курином бульоне	200					1
Суфле из отварной курицы	115	265,86	23,49	20,12	4,94	1
Икра кабачковая	57	39,67	0,52	2,68	3,37	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 курицей	160	115,54	2	5,52	14,46	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	116	64,96	3,36	3,71	4,64	2
Батон	17	59,23	1,69	0,68	11,64	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Котлета рыбная	70	150,5	2,46	2,04	2,52	1
Салат из свеклы и зеленого горошка	60	61,8	1,2	4,08	5,04	59
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Батон	22	76,66	2,19	0,88	15,06	1
Итого день	2196	2352,72	80,47	71,49	347,02	

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

Повар: *С.М. Душина* (Душина С.М.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий *С.М. Душина* (кач.)
24.03.2022



Меню на 24.03.2022 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша пшеничная молочная	150	365,82	11,16	12,11	52,91	68
Чай с молоком	150	115,03	3,52	4,61	15,56	
Каша пшенная с растительным маслом и сахаром	100					
Чай с сахаром	150					
Батон с маслом	28	73,26	2,16	0,84	14,01	1
Завтрак 2						
Яблоко	92	41,16	0,38	0,38	9,16	6
Обед						
Борщ со сметаной на курином бульоне	180					1
Суфле из отварной курицы	115	265,86	23,49	20,12	4,94	1
Икра кабачковая	57	39,67	0,52	2,68	3,37	1
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	
Хлеб	38	106,29	3,41	1,23	21,83	1
Батон	17	59,23	1,69	0,68	11,64	1
Картофель тушеный с курицей	150					
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	116	64,96	3,36	3,71	4,64	2
Компот из сухофруктов	150					
Батон	17	59,23	1,69	0,68	11,64	1
Ужин 1						
Котлета рыбная	60	128,99	2,11	1,75	2,16	1
Салат из свеклы и зеленого горошка	60	61,8	1,2	4,08	5,04	59
Кофейный напиток	150	176,23	4,14	4,74	29,27	
Батон	21	73,18	2,09	0,84	14,38	1
Итого день	1405	1799,49	61,76	58,45	241,92	

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