

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

15.07.2022

Меню на 15.07.2022 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн. ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша пшеничная молочная	230	560,95	17,11	18,56	81,14	68
Какао на молоке	180	96,37	2,75	2,88	15,61	
Гренка с маслом и сыром	56	316,83	4,6	5,9	3,21	2
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	110					1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Завтрак 2						
Сок	120	55,2	0,6	0,12	12,12	1
Обед						
Суп гречневый на мясокостном бульоне	200	120,2	3,94	5,08	14,98	13
Рагу овощное с мясом	200	158,84	6,52	9,83	15,66	1
Помидор свежий	36					1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	5
Хлеб	47	131,47	4,22	1,53	27	1
Батон	21	73,17	2,1	0,84	14,39	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	135	75,6	3,92	4,32	5,4	2
Батон	21	73,18	2,09	0,84	14,38	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Запеканка творожная	150	231,98	16,98	11,66	14,16	
Соус сметанный	40	1614,59	21,5	150,78	42,75	
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	110					1
<b>Итого день</b>	<b>2380</b>	<b>4008,12</b>	<b>111,39</b>	<b>218,2</b>	<b>385,06</b>	

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

Повар: *С. М. Душина* (Душина С. М.)

УТВЕРЖАЮ  
Заведующий С.С. Кочнев (Кочнев Е.Н.)



Меню на 15.07.2022 (Ясли)

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
Какао на молоке	150	80,31	2,29	2,4	13,01	
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	100					
Чай с сахаром	150					
Гренка с маслом и сыром	48	271,56	3,94	5,06	2,75	2
Завтрак 2						
Сок	100	46	0,5	0,1	10,1	1
Обед						
Суп гречневый на мясокостном бульоне	180	108,18	3,55	4,57	13,48	13
Рагу овощное с мясом	170	135,01	5,54	8,36	13,31	1
Помидор свежий	36					1
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	5
Хлеб	33	92,31	2,96	1,07	18,96	1
Батон	20	69,68	2	0,8	13,7	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	150	84	4,36	4,8	6	2
Компот из сухофруктов	150					
Батон	20	69,69	1,99	0,8	13,69	1
Ужин 1						
Запеканка творожная	125	193,3	14,14	9,72	11,8	
Соус сметанный	25	1009,12	13,44	94,24	26,72	
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	100					
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,44	10,41	5
<b>Итого день</b>	<b>1541</b>	<b>2806,36</b>	<b>78,54</b>	<b>148,89</b>	<b>258,8</b>	

Исполнитель: С.С. Кочнев (Кулабухова О.В.)

Повар: О.А. (Душина С.М.)