

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий *С. Канур* (Канур Е.Н.)

Меню на 18.07.2022 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша пшеничная с маслом и сахаром	120	57,92	0,65	2,14	9,05	1
Чай с сахаром	180	85,18	20,74	5,29	22,48	5
Печенье	45	52,88	2,3	1,28	7,43	2
Завтрак 2						
Сок	123	56,58	0,62	0,12	12,42	1
Яблоко	85	38,03	0,35	0,35	8,47	6
Обед						
Суп гороховый	200	180,84	8,16	7,58	16,7	8
Омлет	106	240,54	15,01	17,34	6,19	
Салат из свежих помидоров и огурцов	65	56,23	0,94	3,25	22,26	23
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	5
Хлеб	44	123,08	3,95	1,43	25,27	1
Батон	20	69,69	2	0,8	13,7	1
Картофель тушеный	160	115,54	2	5,52	14,46	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	125	70	3,63	4	5	2
Батон	20	69,69	1,99	0,8	13,7	1
Яблоко	85	38,03	0,35	0,35	8,47	6
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Оладьи запеченные	105					
Сладкая подлива	30	16,8			10,8	
Каша пшеничная с маслом и сахаром	110	53,1	0,59	1,96	8,29	1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Итого день	2167	1940,71	70,27	57,9	339,09	

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

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



Меню на 18.07.2022 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша пшенная с маслом и сахаром	120	57,92	0,65	2,14	9,05	1
Чай с сахаром	150	70,98	17,28	4,41	18,73	5
Печенье	35	41,12	1,79	1	5,78	2
Завтрак 2						
Сок	100	46	0,5	0,1	10,1	1
Яблоко	85	38,03	0,35	0,35	8,47	6
Обед						
Суп гороховый	180	162,76	7,34	6,82	15,03	8
Омлет	106	240,54	15,01	17,34	6,19	
Салат из свежих помидоров и огурцов	65	56,23	0,94	3,25	22,26	23
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	5
Хлеб	31	86,71	2,78	1,01	17,8	1
Батон	19	66,21	1,9	0,76	13,02	1
Картофель тушеный	150					
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	142	79,52	4,12	4,54	5,68	2
Батон	19	66,21	1,89	0,76	13,02	1
Компот из сухофруктов	150					
Яблоко	85	38,03	0,35	0,35	8,47	6
Ужин 1						
Оладьи запеченные	90					
Сладкая подлива	30	16,8			10,8	
Каша пшенная с маслом и сахаром	100					
Кофейный напиток	150	176,23	4,14	4,74	29,27	
Итого день	1561	1412,07	59,89	47,57	235,03	

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