

21.07.2022



Меню на 21.07.2022 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша пшеничная молочная	180	56,52	0,63	2,09	8,82	1
Кофейный напиток с молоком	180	87,34	2,45	2,79	12,92	
Батон с маслом	32	83,74	2,47	0,96	16,02	1
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	110					1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Завтрак 2						
Яблоко	90	40,27	0,37	0,37	8,96	6
Кисель фруктовый	180					1
Обед						
Щи из свежей капусты на курином бульоне со сметаной	200	172	11,4	11,2	20,36	1
Суфле из сборного мяса	140	251,5	23,93	13,1	9,6	
Салат из свежих помидоров и огурцов	70	60,55	1,02	3,5	23,98	23
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	5
Хлеб	49	137,06	4,4	1,6	28,15	1
Батон	21	73,17	2,1	0,84	14,39	1
Картофель тушеный с курицей	160	176,65	3,23	10,05	16,35	5
Соль	4					1
Полдник						
Бифидок	143	81,87	3,92	4,45	6,55	5
Батон	21	73,18	2,09	0,84	14,38	1
Яблоко	90	40,27	0,37	0,37	8,96	6
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Тефтели рыбные	100	151,45	25,47	4,14	6,99	
Салат из свеклы и зеленого горошка	70	38,28	0,5	2,58	3,26	1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Батон	24	83,63	2,39	0,96	16,44	1
Итого день	2569	2271,38	105,25	68,46	363,02	

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

Повар: *С.М.* (Душина С.М.)

21.07.2022

Меню на 21.07.2022 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша пшенная молочная	150	47,1	0,52	1,74	7,35	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	36	94,21	2,78	1,08	18,02	1
Завтрак 2						
Яблоко	90	40,27	0,37	0,37	8,96	6
Кисель фруктовый	150					1
Обед						
Щи из свежей капусты на курином бульоне со сметаной	180	154,8	10,26	10,08	18,32	1
Суфле из сборного мяса	120	215,56	20,51	11,23	8,23	
Салат из свежих помидоров и огурцов	70	60,55	1,02	3,5	23,98	23
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	5
Хлеб	26	72,72	2,33	0,85	14,94	1
Батон	24	83,62	2,4	0,96	16,44	1
Картофель тушеный с курицей	150					
Соль	4					1
Полдник						
Бифидок	120	68,7	3,29	3,73	5,5	5
Батон	24	83,63	2,39	0,96	16,43	1
Компот из сухофруктов	150					
Яблоко	90	40,27	0,37	0,37	8,96	6
Ужин 1						
Тефтели рыбные	90	136,3	22,92	3,73	6,29	
Салат из свеклы и зеленого горошка	70	38,28	0,5	2,58	3,26	1
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,44	10,41	5
Батон	29	101,05	2,89	1,16	19,86	1
Итого день	1708	1518,05	85,03	47,1	239,1	

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

Шеф-повар: *С.М.* (Душина С.М.)