

УТВЕРЖАЮ
Заведующий С. Жиряков (Е.Н.)



Меню на 26.07.2022 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн. ценность (ккал.)	Белки, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1					
Каша манная молочная	180	395,6	11,05	14,35	55,4
Какао с молоком	180	271,49	5,96	6,93	45,77
Батон с маслом и сыром	62	162,24	4,78	1,86	31,03
Каша рисовая с растительным маслом и сахаром	110				1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49
Завтрак 2					
Яблоко	85	38,03	0,35	0,35	8,47
Сок	125	57,5	0,63	0,13	12,63
Обед					
Борщ со сметаной на мясокостном бульоне	200	82	2	3,6	10,6
Запеканка вермишелевая с мясом и со сметаной	140	568,82	27,97	14,36	72,57
Огурец свежий	20	2,8	0,15	0,02	0,5
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01	1,47	49,64
Хлеб	45	125,87	4,04	1,47	25,85
Батон	20	69,69	2	0,8	13,7
Картофель тушеный с мясом	160	115,54	2	5,52	14,46
Соль	4				1
Полдник					
Кефир	130	72,8	3,77	4,16	5,2
Батон	20	69,69	1,99	0,8	13,7
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64
Ужин 1					
Котлета рыбная	73	156,94	2,55	2,12	2,63
Салат из свеклы и зеленого горошка	80	82,4	1,6	5,44	6,72
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49
Батон	23	80,14	2,29	0,92	15,75
Итого день	2377	2851,29	98,19	68,69	459,24

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

Повар: *Душина* (Душина С.М.)

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



Меню на 26.07.2022 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1					
Каша манная молочная	150	329,65	9,21	11,96	46,16
Какао с молоком	150	226,23	4,97	5,77	38,14
Каша рисовая с растительным маслом и сахаром	100				
Чай с сахаром	150				
Батон с маслом и сыром	55	143,92	4,24	1,65	27,52
Завтрак 2					
Яблоко	85	38,03	0,35	0,35	8,47
Сок	100	46	0,5	0,1	10,1
Обед					
Борщ со сметаной на мясокостном бульоне	180	73,8	1,8	3,24	9,54
Запеканка вермишелевая с мясом и со сметаной	130	528,15	25,97	13,33	67,38
Огурец свежий	20	2,8	0,15	0,02	0,5
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37
Хлеб	31	86,7	2,78	1,01	17,81
Батон	19	66,21	1,9	0,76	13,02
Картофель тушеный с мясом	150				
Соль	4				
Полдник					
Кефир	126	70,56	3,65	4,03	5,04
Компот из сухофруктов	150				
Батон	19	66,21	1,89	0,76	13,02
Ужин 1					
Котлета рыбная	65	139,74	2,27	1,89	2,34
Салат из свеклы и зеленого горошка	70	72,1	1,4	4,76	5,88
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,44	10,41
Батон	23	80,14	2,29	0,92	15,75
Итого день	1527	2178,44	73,81	52,99	332,44

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