

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий *Кулабухова Е.Н.*

29.07.2022

Меню на 29.07.2022 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша пшеничная молочная	210	65,94	0,74	2,44	10,29	1
Какао с молоком	180	271,49	5,96	6,93	45,77	
Батон с маслом	29	75,89	2,24	0,87	14,51	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	118	52,79	0,48	0,48	11,75	6
Напиток витаминизированный	150	570			141	
Обед						
Свекольник со сметаной на мясокостном бульоне	200	423,74	13,42	19,52	31,66	12
Голубцы ленивые с мясом	170	226,46	12,43	12,44	15,88	1
Огурец свежий	25	3,5	0,19	0,03	0,63	29
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	5
Хлеб	43	120,28	3,86	1,4	24,7	1
Батон	20	69,69	2	0,8	13,7	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	127	71,12	3,68	4,06	5,08	2
Батон	20	69,69	1,99	0,8	13,7	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Запеканка творожная	145	224,26	16,41	11,27	13,69	
Соус сметанный	25	1009,12	13,44	94,24	26,72	
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Итого день	2296	3753,71	101,9	161,14	493,34	

Исполнитель: Старшая медсестра *Кулабухова О.В.*

Повар: *РК* (Душина С.М.)

УТВЕРЖАЮ
Заведующий (Кулабухова Е.Н.)



Меню на 29.07.2022 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша пшеничная молочная	150	47,09	0,53	1,74	7,35	1
Какао с молоком	150	226,23	4,97	5,77	38,14	
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	100					
Чай с сахаром	150					
Батон с маслом	29	75,89	2,24	0,87	14,51	1
Завтрак 2						
Яблоко	108	48,31	0,44	0,44	10,75	6
Сок	100	46	0,5	0,1	10,1	1
Обед						
Свекольник со сметаной на мясокостном бульоне	180	381,37	12,08	17,57	28,49	12
Голубцы ленивые с мясом	150	199,81	10,97	10,98	14,01	1
Огурец свежий	25	3,5	0,19	0,03	0,63	29
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	5
Хлеб	31	86,71	2,78	1,01	17,81	1
Батон	19	66,21	1,9	0,76	13,02	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	126	70,56	3,65	4,03	5,04	2
Компот из сухофруктов	150					
Батон	19	66,21	1,89	0,76	13,02	1
Ужин 1						
Запеканка творожная	110	170,11	12,45	8,55	10,38	
Соус сметанный	20	807,3	10,75	75,39	21,38	
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,44	10,41	5
Итого день	1521	2503,5	75,78	130,44	256,4	

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

Повар: С.М. (Душина С.М.)