

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Качур Е.Н.)



Меню на 04.08.2022 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша пшеничная молочная	190	463,39	14,14	15,33	67,03	68
Кофейный напиток на молоке	180	96,37	2,75	2,88	15,61	
Гренка с маслом и сыром	50	282,88	4,1	5,26	2,87	2
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	130					1
Кофейный напиток	180	211,49	4,97	5,69	35,12	
Завтрак 2						
Яблоко	100	44,74	0,41	0,41	9,96	6
Кисель фруктовый	180					1
Обед						
Суп вермишелевый на курином бульоне	200	120,2	3,94	5,08	14,98	13
Плов с куриным мясом	200	481,65	24,66	18,72	41,5	1
Огурец свежий	34	4,76	0,26	0,03	0,85	29
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	5
Хлеб	42	117,48	3,77	1,37	24,12	1
Батон	20	69,69	2	0,8	13,7	1
Соль	4					1
Полдник						
Бифидок	130	74,43	3,56	4,04	5,95	5
Батон	20	69,69	1,99	0,8	13,7	1
Яблоко	100	44,74	0,41	0,41	9,96	6
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Рыба, припущенная в молоке	85	150,55	14,32	8,98	3,4	1
Каша перловая с маслом	100	110,67	4,2	3,07	17,4	1
Помидор свежий	40					1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Батон	30	104,54	2,99	1,2	20,54	1
Итого день	2555	2899,69	102,01	77	408,48	

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

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



Меню на 04.08.2022 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша пшеничная молочная	150	365,83	11,17	12,1	52,92	68
Кофейный напиток на молоке	150	80,31	2,29	2,4	13,01	
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	120					
Кофейный напиток	150					
Гренка с маслом и сыром	53	299,85	4,35	5,58	3,04	2
Завтрак 2						
Яблоко	85	38,03	0,35	0,35	8,47	6
Кисель фруктовый	150					1
Обед						
Суп вермишелевый на курином бульоне	180	108,18	3,55	4,57	13,48	13
Глов с куриным мясом	160	385,32	19,73	14,98	33,2	1
Огурец свежий	34	4,76	0,26	0,03	0,85	29
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	5
Хлеб	40	111,88	3,59	1,3	22,97	1
Батон	25	87,11	2,5	1	17,13	1
Соль	4					1
Полдник						
Бифидок	125	71,56	3,42	3,88	5,72	5
Батон	25	87,11	2,49	1	17,13	1
Компот из сухофруктов	150					
Яблоко	85	38,03	0,35	0,35	8,47	6
Ужин 1						
Рыбное филе, припущенное в молоке	70	123,97	11,79	7,4	2,8	1
Картофельное пюре	120	94,94	1,9	3,59	13,79	1
Помидор свежий	40					1
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,44	10,41	5
Батон	30	104,54	2,99	1,2	20,54	1
Итого день	1826	2209,63	81,17	62,17	285,3	

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