

УТВЕРЖАЮ
Заведующий (Качур Е.Н.)



Меню на 04.10.2022 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн. ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Молочная вермишель	180	148,97	4,77	7,85	18,54	1
Какао с молоком	180	96,37	2,75	2,88	15,61	
Батон с маслом и сыром	68	177,94	5,24	2,04	34,03	1
Каша пшенная с растительным маслом и сахаром	130					1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Завтрак 2						
Яблоко	83	37,13	0,34	0,34	8,27	6
Кисель фруктовый	180					1
Обед						
Свекольник со сметаной на мясокостном бульоне	200	423,74	13,42	19,52	31,66	1
Тефтели мясные в томатном соусе	95	204,25	13,11	13,97	6,18	5
Каша пшеничная с маслом	120	163,96	19,32	38,4	51,12	1
Помидор соленый	15	1,8	0,08		0,35	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	38	106,29	3,41	1,24	21,83	1
Батон	21	73,18	2,09	0,84	14,38	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	128	71,68	3,71	4,1	5,12	2
Батон	21	73,18	2,09	0,84	14,38	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Рыба, припущенная в молоке	105	185,99	17,7	11,1	4,2	1
Картофельное пюре	140	110,76	2,21	4,19	16,09	1
Помидор соленый	12	1,44	0,06		0,28	1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Батон	23	80,14	2,29	0,92	15,75	1
Итого день	2463	2784,88	104,55	119,61	427,31	

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

Шеф-повар: *СМ* (Душина С.М.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Кулабухова Е.Н.)



Меню на 04.10.2022 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Молочная вермишель	150	124,14	3,97	6,54	15,45	1
Какао с молоком	150	80,31	2,29	2,4	13,01	
Каша пшенная с растительным маслом и сахаром	130					
Кофейный напиток	150					
Батон с маслом и сыром	75	196,25	5,78	2,25	37,53	1
Завтрак 2						
Яблоко	83	37,13	0,34	0,34	8,27	6
Кисель фруктовый	150					1
Обед						
Свекольник со сметаной на мясокостном бульоне	180	381,37	12,08	17,57	28,49	1
Тефтели мясные в томатном соусе	85	182,75	11,73	12,5	5,52	5
Каша пшеничная с маслом	110	150,29	17,71	35,2	46,86	1
Помидор соленый	15	1,8	0,08		0,35	1
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	
Хлеб	47	131,46	4,22	1,53	27	1
Батон	28	97,57	2,79	1,12	19,17	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	140	78,4	4,06	4,48	5,6	2
Компот из сухофруктов	150					
Батон	28	97,57	2,79	1,12	19,17	1
Ужин 1						
Рыбное филе, припущенное в молоке	80	141,71	13,49	8,46	3,2	1
Картофельное пюре	130	102,84	2,05	3,89	14,94	1
Помидор соленый	12	1,44	0,06		0,28	1
Кофейный напиток	150	176,22	4,14	4,74	29,26	
Батон	36	125,44	3,58	1,44	24,65	1
Итого день	1803	2275,47	92	103,58	340,12	
Исполнитель: Старшая медсестра	(Кулабухова О.В.)					
Шеф-повар:	(Душина С.М.)					