

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий *С.И. Кочур* (Е.Н.)

12.09.2022

Меню на 12.09.2022 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Яйцо вареное	40	29,39	2,49	2,18	0,14	1
Икра кабачковая	70	48,72	0,64	3,29	4,14	1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Печенье	37	43,47	1,89	1,05	6,11	2
Каша гречневая с растительным маслом и сахаром	130					1
Завтрак 2						
Напиток витаминизированный	150	570			141	
Яблоко	90	40,27	0,37	0,37	8,96	6
Обед						
Суп - пюре из зеленого горошка	200	42,64	1,64	1,72	4,02	1
Бефстроганов из печени	70	109,08	9,05	7,25	1,92	1
Макаронны отварные со сливочным маслом	120	182,76	4,67	6,46	24,91	2
Огурец свежий	40	5,6	0,3	0,04	1	29
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	42	117,48	3,77	1,37	24,12	1
Батон	20	69,69	1,99	0,8	13,7	1
Соль	5					1
Каша гречневая с маслом	120	153,14	4,85	4,09	21,6	3
Полдник						
Кефир	140	78,4	4,06	4,48	5,6	2
Булочка "Домашняя"	80	203,18	3,9	6,3	32,77	
Банан	75	72	0,37	1,12	15,75	2
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Рагу овощное	180	142,96	5,87	8,84	14,09	1
Огурец свежий	40	5,6	0,3	0,04	1	29
Кофейный напиток с молоком	180	87,34	2,45	2,79	12,92	
Батон	22	76,66	2,19	0,88	15,07	1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Итого день	2571	2578,12	75,87	58,94	473,09	
Исполнитель: Старшая медсестра <i>С.И. Кочур</i> (Кулабухова О.В.)						
Шеф-повар: <i>С.М. Душина</i> (Душина С.М.)						



Меню на 12.09.2022 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Яйцо вареное	40	29,39	2,49	2,18	0,14	1
Икра кабачковая	60	41,76	0,55	2,82	3,55	1
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,44	10,41	5
Каша гречневая с растительным маслом и сахаром	120					
Печенье	37	43,48	1,89	1,05	6,11	2
Завтрак 2						
Сок	100	46	0,5	0,1	10,1	1
Яблоко	80	35,79	0,33	0,33	7,96	6
Обед						
Суп - пюре из зеленого горошка	180	38,38	1,48	1,55	3,62	1
Бефстроганов из печени	70	109,08	9,05	7,25	1,92	1
Макаронны отварные со сливочным маслом	120	182,76	4,67	6,46	24,91	2
Огурец свежий	30	4,2	0,22	0,03	0,75	29
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	
Хлеб	40	111,88	3,59	1,3	22,97	1
Батон	23	80,14	2,29	0,92	15,76	1
Каша гречневая с маслом	120					
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	120	67,2	3,48	3,84	4,8	2
Батон	23	80,14	2,29	0,92	15,75	1
Компот из сухофруктов	150					
Банан	75	72	0,38	1,13	15,75	2
Ужин 1						
Рагу овощное	160	127,06	5,22	7,86	12,52	1
Огурец свежий	30	4,2	0,23	0,03	0,75	29
Кофейный напиток с молоком	150	72,78	2,04	2,32	10,77	
Чай с сахаром	150					
Батон	23	80,14	2,29	0,92	15,75	1
Итого день	1665	1434,59	53,43	43,45	225,65	

Исполнитель: Старшая медсестра (Кулабухова О.В.)

Шеф-повар: *С.И.Иванов* (Душина С.М.)