

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий *Е.Н. Качур* (Качур Е.Н.)  
16.09.2022



Меню на 16.09.2022 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Гликоеды, г	№ рецептуры
<b>Завтрак 1</b>						
Каша рисовая молочная	180	123,48	1,37	4,55	19,28	1
Какао на молоке	180	96,37	2,75	2,88	15,61	
Батон с маслом	32	83,74	2,47	0,96	16,02	1
Каша рисовая с растительным маслом и сахаром	130					1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
<b>Завтрак 2</b>						
Напиток витаминизированный	130	494			122,2	
Яблоко	90	40,27	0,37	0,37	8,96	6
<b>Обед</b>						
Гречневый суп на мясокостном бульоне	200					1
Ленивые голубцы	180	147,24	9,43	5,96	14	1
Огурец свежий	30	4,2	0,22	0,03	0,75	29
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	5
Хлеб	46	128,67	4,13	1,5	26,42	1
Батон	22	76,66	2,2	0,88	15,07	1
Соль	5					1
<b>Полдник</b>						
Бифидок	150	85,88	4,11	4,66	6,87	5
Ватрушка с повидлом	90	245,09	4,93	2,33	51,17	
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
<b>Ужин 1</b>						
Лапшевник с творогом	120	218,4	10,32	9,24	21	
Соус сметанный	35	1412,77	18,82	131,94	37,41	
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Пряник	32	107,52	2,85		23,36	3
Каша рисовая с растительным маслом и сахаром	130					1
<b>Итого день</b>	2502	3764,03	89,03	171,16	502,38	
Исполнитель: Старшая медсестра <i>Румя</i>	(Кулабухова О.В.)					
Шеф-повар: <i>СМ</i>	(Душина С.М.)					

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий *С.М. Душина* (Жачур Е. Н.)  
16.09.2022



Меню на 16.09.2022 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
<b>Завтрак 1</b>						
Каша рисовая молочная	150	102,9	1,14	3,79	16,07	1
Какао на молоке	150	80,31	2,29	2,4	13,01	
Каша рисовая с растительным маслом и сахаром	130					
Чай с сахаром	150					
Батон с маслом	38	99,44	2,93	1,14	19,02	1
<b>Завтрак 2</b>						
Сок	100	46	0,5	0,1	10,1	1
Яблоко	90	40,27	0,37	0,37	8,96	6
<b>Обед</b>						
Гречневый суп на мясокостном бульоне	180					1
Ленивые голубцы	160	130,87	8,38	5,3	12,44	1
Огурец свежий	30	4,2	0,23	0,03	0,75	29
Компот из сухофруктов	150	168,79	0,84		41,37	5
Хлеб	42	117,48	3,77	1,37	24,12	1
Батон	25	87,11	2,5	1	17,12	1
Картофель тушеный с мясом	150					
Соль	4					
<b>Полдник</b>						
Бифидок	130	74,42	3,56	4,05	5,95	5
Компот из сухофруктов	150					
Батон с повидлом	40					1
<b>Ужин 1</b>						
Лапшевник с творогом	120	218,4	10,32	9,24	21	
Соус сметанный	35	1412,77	18,82	131,94	37,41	
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,44	10,41	5
Каша рисовая с растительным маслом и сахаром	130					
Грибы	32	107,52	2,85		23,36	3
<b>Итого день</b>	1626	2729,91	68,1	163,17	261,1	

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

Шеф-повар: *С.М. Душина* (Душина С.М.)