

УТВЕРЖАЮ
Заведующий *О. Жуков* (Жуков О.Н.)

19.09.2022

Меню на 19.09.2022 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша гречневая с маслом и сахаром	130	168,17	5,7	4,82	25,24	3
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Печенье	40	47	2,04	1,14	6,6	2
Завтрак 2						
Сок	150	69	0,75	0,15	15,15	1
Яблоко	90	40,27	0,37	0,37	8,96	6
Обед						
Суп гороховый	200	180,84	8,16	7,58	16,7	8
Омлет	100	226,92	14,16	16,36	5,84	
Икра кабачковая	40	27,84	0,36	1,88	2,37	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	43	120,28	3,86	1,4	24,7	1
Батон	24	83,63	2,39	0,96	16,44	1
Соль	5					1
Картофель тушеный	150					1
Огурец свежий	30	4,2	0,23	0,03	0,75	29
Полдник						
Бифидок	140	80,15	3,84	4,35	6,41	5
Булочка "Домашняя"	80	203,18	3,9	6,3	32,77	
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Банан	70	67,2	0,35	1,05	14,7	2
Ужин 1						
Сельдь	40	121,44	16,05	6,34		1
Картофельное пюре	150	118,68	2,37	4,49	17,24	1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Батон	25	87,11	2,49	1	17,12	1
Итого день	2227	2309,81	85,53	66,85	357,89	

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

Шеф-повар: *С.М.* (Душина С.М.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий

19.09.2022

Меню на 19.09.2022 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша гречневая с маслом и сахаром	130	168,17	5,7	4,82	25,24	3
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,44	10,41	5
Печенье	40	47	2,04	1,14	6,6	2
Завтрак 2						
Сок	100	46	0,5	0,1	10,1	1
Яблоко	90	40,27	0,37	0,37	8,96	6
Обед						
Суп гороховый	180	162,76	7,34	6,82	15,03	8
Омлет	100	226,92	14,16	16,36	5,84	
Икра кабачковая	40	27,84	0,36	1,88	2,37	1
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	
Хлеб	43	120,28	3,86	1,4	24,7	1
Батон	25	87,11	2,49	1	17,12	1
Картофель тушеный	150					
Огурец свежий	40					
Соль	5					1
Полдник						
Бифидок	130	74,42	3,57	4,04	5,95	5
Батон	25	87,11	2,49	1	17,12	1
Компот из сухофруктов	150					
Банан	70	67,2	0,35	1,05	14,7	2
Ужин 1						
Картофельное пюре	150	118,68	2,37	4,49	17,24	1
Огурец свежий	40	5,6	0,3	0,04	1	29
Кофейный напиток	150	176,23	4,14	4,74	29,27	
Батон	25	87,11	2,49	1	17,12	1
Итого день	1643	1750,91	62,97	52,69	270,15	
Исполнитель: Старшая медсестра <i>Кулабухова</i> (Кулабухова О.В.)						
Шеф-повар: <i>Душина</i> (Душина С.М.)						

