

УТВЕРЖАЮ  
Заведующий (Качур Е.Н.)



Меню на 20.09.2022 (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 на молоке	180	96,37	2,75	2,88	15,61	
Батон с маслом и сыром	55	143,92	4,24	1,65	27,53	1
Каша рисовая с растительным маслом и сахаром	130					1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Завтрак 2						
Кисель фруктовый	150					1
Яблоко	80	35,79	0,33	0,33	7,97	6
Обед						
Борщ со сметаной на мясокостном бульоне	200	82	2	3,6	10,6	3
Тефтели мясные с рисом в томате	100	215	13,8	14,7	6,5	5
Свекла отварная	50	52,5	0,85	3,4	4,6	10
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	43	120,28	3,86	1,4	24,7	1
Батон	22	76,66	2,19	0,88	15,07	1
Соль	5					1
Полдник						
Кефир	130	72,8	3,77	4,16	5,2	2
Батон	22	76,66	2,19	0,88	15,07	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Рыба, припущенная в молоке	110	194,84	18,55	11,63	4,4	1
Картофельное пюре	170	134,5	2,69	5,08	19,53	1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Батон	25	87,11	2,49	1	17,12	1
<b>Итого день</b>	<b>2372</b>	<b>2037,15</b>	<b>89,54</b>	<b>65,3</b>	<b>316,71</b>	

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

Шеф-повар: *СМ* (Душина С.М.)

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий (Качур Е.Н.)  
 20.09.2022  
 Город Белгород

Меню на 20.09.2022 (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 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 и сыром	55	143,92	4,24	1,65	27,53	1
Завтрак 2						
Кисель фруктовый	150					1
Яблоко	80	35,79	0,33	0,33	7,97	6
Обед						
Борщ со сметаной на мясокостном бульоне	180	73,8	1,8	3,24	9,54	3
Тефтели мясные с рисом в томате	100	215	13,8	14,7	6,5	5
Свекла отварная	40	42	0,68	2,72	3,68	10
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	
Хлеб	41	114,67	3,68	1,33	23,55	1
Батон	27	94,08	2,69	1,08	18,49	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	137	76,72	3,97	4,38	5,48	2
Компот из сухофруктов	150					
Батон	27	94,08	2,69	1,08	18,49	1
Ужин 1						
Рыбное филе припущенное в молоке	110	194,84	18,55	11,63	4,4	1
Картофельное пюре	150	118,67	2,37	4,48	17,23	1
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,44	10,41	5
Батон	34	118,47	3,39	1,36	23,28	1
<b>Итого день</b>	<b>1735</b>	<b>1734,7</b>	<b>74,89</b>	<b>59,37</b>	<b>246,38</b>	

Исполнитель: Старшая медсестра *Куша* (Кулабухова О.В.)  
 Шеф-повар: *Д* (Душина С.М.)