

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий *С.С. Казур* (Е.Н.)

22.09.2022

Меню на 22.09.2022 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша пшеничная молочная	180	56,52	0,63	2,09	8,82	1
Кофейный напиток на молоке	180	96,37	2,75	2,88	15,61	
Батон с маслом	33	86,35	2,54	0,99	16,52	1
Каша пшеничная 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	90	40,27	0,37	0,37	8,96	6
Обед						
Гречневый суп на курином бульоне	200	82,6	2	2,24	13,6	1
Плов с куриным мясом	160	385,34	19,73	14,98	33,2	1
Огурец свежий	40	5,6	0,3	0,04	1	29
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01	1,43	49,64	5
Хлеб	44	123,08	3,95	1,43	25,27	1
Батон	23	80,14	2,3	0,92	15,76	1
Соль	5					1
Полдник						
Кефир	140	78,4	4,06	4,48	5,6	2
Батон	23	80,14	2,29	0,92	15,75	1
Яблоко	90	40,27	0,37	0,37	8,96	6
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Рыба, тушеная в томате с овощами	110	88	0,74	6,6	6,3	1
Каша перловая с маслом	100	110,67	4,2	3,07	17,4	1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Батон	25	87,11	2,49	1	17,12	1
Итого день	2443	1940,6	73,78	48,24	334,14	

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

Шеф-повар: *С.М.* (Душина С.М.)

УТВЕРЖАЮ
Заведующий *С. Кочур* (Кочур Е.Н.)

22.09.2022

Меню на 22.09.2022 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша пшеничная молочная	150	47,1	0,52	1,74	7,35	1
Кофейный напиток на молоке	150	80,31	2,29	2,4	13,01	
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	130					
Чай с сахаром	150					
Батон с маслом	40	104,66	3,08	1,2	20,02	1
Завтрак 2						
Кисель фруктовый	150					1
Яблоко	80	35,79	0,33	0,33	7,96	6
Обед						
Гречневый суп на курином бульоне	180	74,34	1,8	2,02	12,24	1
Плов с куриным мясом	150	361,26	18,5	14,04	31,13	1
Огурец свежий	40	5,6	0,3	0,04	1	29
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	5
Хлеб	42	117,48	3,77	1,36	24,12	1
Батон	27	94,08	2,7	1,08	18,5	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	135	75,59	3,91	4,32	5,4	2
Батон	27	94,08	2,69	1,08	18,49	1
Компот из сухофруктов	150					
Яблоко	80	35,79	0,33	0,33	7,96	6
Ужин 1						
Рыбное филе тушеное в томате с овощами	90	71,99	0,61	5,4	5,15	1
Картофельное пюре	150	118,68	2,37	4,49	17,24	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
Итого день	1829	1643,43	57,03	43,63	264,63	
Исполнитель: Старшая медсестра <i>С.М.</i> (Кулабухова О.В.)						
Шеф-повар: <i>С.М.</i> (Душина С.М.)						