

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий *Кулабухова* (Кулабухова Е.Н.)



Меню на 10.11.2022 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша пшеничная молочная	190	59,66	0,67	2,2	9,31	1
Кофейный напиток на молоке	180	96,37	2,75	2,88	15,61	
Батон с маслом	39	102,06	3,01	1,17	19,52	1
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	130					1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Завтрак 2						
Сок	115	52,9	0,58	0,12	11,62	1
Яблоко	110	49,21	0,45	0,45	10,96	6
Обед						
Суп вермишелевый на курином бульоне	200	120,2	3,94	5,08	14,98	13
Плов с куриным мясом	200	481,68	24,66	18,72	41,5	1
Помидор соленый	28	3,36	0,14		0,64	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	42	117,48	3,77	1,37	24,12	1
Батон	29	101,05	2,89	1,16	19,86	1
Соль	4					1
Полдник						
Бифидок	128	73,28	3,51	3,98	5,86	5
Батон	29	101,05	2,89	1,16	19,86	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Омлет	110	249,61	15,58	18	6,42	
Салат из свеклы и зеленого горошка	60	61,8	1,2	4,08	5,04	59
Чай с сахаром	180	47,33	11,52	2,94	12,49	5
Батон	32	111,5	3,19	1,28	21,92	1
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	130					1
Итого день	2476	2445,12	87,74	70,28	374,11	

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