

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий (И.Н.)

20.10.2022



Меню на 20.10.2022 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Углеводы, г	№ рецептуры
<b>Завтрак 1</b>					
Каша пшенная молочная	250	78,5	0,88	2,9	12,25
Какао на молоке	200	107,08	3,06	3,2	17,34
Батон с маслом	46	120,37	3,55	1,38	23,02
Каша пшенная с растительным маслом и сахаром	130				1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12
<b>Завтрак 2</b>					
Яблоко	130	58,16	0,53	0,53	12,95
Кисель фруктовый	180				1
<b>Обед</b>					
Борщ со сметаной на курином бульоне	200				1
Плов с куриным мясом	300	722,52	37	28,08	62,26
Помидор соленный	53	6,36	0,27		1,22
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64
Хлеб	70	195,8	6,29	2,28	40,21
Батон	38	132,41	3,79	1,52	26,03
Соль	6				1
<b>Полдник</b>					
Кефир	270	151,2	7,83	8,64	10,8
Батон	38	132,41	3,79	1,52	26,03
Яблоко	130	58,16	0,53	0,53	12,95
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64
<b>Ужин 1</b>					
Запеканка творожная	300	463,98	33,96	23,31	28,32
Сладкая подлива	100	55,99			36
Кофейный напиток на молоке	200	107,08	3,06	3,2	17,34
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12
<b>Итого день</b>	<b>3361</b>	<b>3218,08</b>	<b>116,5</b>	<b>88,47</b>	<b>496,24</b>

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

Шеф-повар: *Душина* (Душина С.М.)