

УТВЕРЖАЮ
Заведующий *С.И. Ракунов* (Е.Н.)

21.10.2022

Меню на 21.10.2022 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша манная молочная	300	659,34	18,42	23,91	92,34	
Какао на молоке	250	133,85	3,82	4	21,68	
Батон с маслом	46	120,37	3,55	1,38	23,02	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						
Яблоко	130	58,16	0,53	0,53	12,95	6
Сок	170	78,2	0,85	0,17	17,17	1
Обед						
Суп крестьянский со сметаной на курином бульоне	200					
Запеканка вермишелевая с отварным куриным мясом и со сметаной	300					1
Помидор соленый	55	6,6	0,28		1,27	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	70	195,8	6,29	2,28	40,21	1
Батон	38	132,41	3,79	1,52	26,03	1
Соль	6					1
Полдник						
Кефир	270	151,2	7,83	8,64	10,8	2
Булочка "Фантазия"	110	412,13	12,32	8,06	72,6	
Яблоко	130	58,16	0,53	0,53	12,95	6
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Запеканка творожная	350	541,31	39,62	27,2	33,04	
Сладкая подлива	100	56			36	
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Пряник	100	336	8,9		73	3
Итого день	3475	3439,27	131,79	84,08	597,32	
Исполнитель: Старшая медсестра <i>Кураш</i> (Кулабухова О.В.)						
Шеф-повар: <i>С.М.</i> (Душина С.М.)						