

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Качур Е.Н.)

Меню на 07.12.2022 (Сад)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша пшеничная молочная	180	439	13,39	14,53	63,5	68
Кофейный напиток с молоком	180	87,34	2,45	2,79	12,92	
Батон с маслом	35	91,59	2,7	1,05	17,52	1
Каша пшеничная с маслом и сахаром	130	177,62	20,93	41,6	55,38	1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Завтрак 2						
Яблоко	105	46,98	0,43	0,43	10,46	6
Сок	118	54,28	0,59	0,12	11,92	1
Обед						
Суп крестьянский со сметаной на мясокостном бульоне	200					
Запеканка вермишелевая с отварным мясом и со сметаной	150	352,64	18,21	10,89	43,05	2
Свекла отварная	50	52,5	0,85	3,4	4,6	10
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	52	145,45	4,67	1,7	29,87	1
Батон	26	90,59	2,59	1,04	17,81	1
Соль	5					1
Полдник						
Кефир	133	74,48	3,86	4,26	5,32	2
Ватрушка с повидлом	100	272,32	5,48	2,59	56,86	
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Котлета рыбная	70	150,5	2,45	2,03	2,52	1
Картофельное пюре	150	118,68	2,37	4,49	17,24	1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Батон	28	97,57	2,79	1,12	19,18	1
Итого день	2432	2915,44	102,27	100,66	515,04	

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