

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Жакур Е.Н.)

14.12.2022

Меню на 14.12.2022 (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	36	94,2	2,78	1,08	18,02	1
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	130					1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Завтрак 2						
Яблоко	107	47,87	0,44	0,44	10,66	6
Сок	135	62,1	0,68	0,14	13,64	1
Обед						
Рассольник со сметаной на мясокостном бульоне	200	396	11,4	23,6	32,84	1
Запеканка картофельная с отварным мясом и со сметаной	170					1
Помидор соленый	22	2,64	0,11		0,51	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	55	153,85	4,94	1,79	31,59	1
Батон	27	94,09	2,69	1,08	18,49	1
Соль	5					1
Полдник						
Кефир	140	78,4	4,06	4,48	5,6	2
Булочка "Творожная"	105					
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Запеканка творожная со сметаной	110	223,29	15,92	9,75	15,87	
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Итого день	2322	2342,68	77,37	68,3	370,53	

Исполнитель: Старшая медсестра *Кузм* (Кулабухова О.В.)
Повар: *СМ* (Душина С.М.)