

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

16.12.2022

Меню на 16.12.2022 (Сад)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша рисовая молочная	230	157,78	1,75	5,82	24,63	1
Какао на молоке	200	107,08	3,06	3,2	17,34	
Батон с маслом	36	94,2	2,78	1,08	18,02	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	93	41,61	0,38	0,38	9,26	6
Напиток витаминизированный	150	570			141	
Обед						
Борщ со сметаной на мясокостном бульоне	200	82	2	3,6	10,6	3
Гуляш мясной	100	196,66	22,5	9,83	5,67	7
Каша пшеничная с маслом	130	143,87	5,46	3,99	22,62	1
Помидор соленый	23	2,76	0,12		0,53	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	56	156,64	5,03	1,83	32,17	1
Батон	27	94,09	2,69	1,08	18,49	1
Соль	5					1
Полдник						
Кефир	143	80,08	4,15	4,58	5,72	2
Ватрушка с творогом	110	264,88	8,59	3,19	50,57	
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Рыба под омлетом	170					1
Свекла отварная	50	52,5	0,85	3,4	4,6	10
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Батон	28	97,57	2,79	1,12	19,18	1
Рыба отварная	120	364,32	48,15	19,02		1
Итого день	2721	3005,78	135,36	67,98	504,66	

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