

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий (Качур Е.Н.)

20 12 2022

Меню на 20.12.2022 (Сад)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша манная молочная	180	395,6	11,05	14,35	55,4	
Какао с молоком	180	271,49	5,96	6,93	45,77	
Батон с маслом	32	83,73	2,47	0,96	16,01	1
Каша гречневая с растительным маслом и сахаром	130					1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Завтрак 2						
Яблоко	90	40,27	0,37	0,37	8,96	6
Кисель фруктовый	180					1
Обед						
Щи из квашеной капусты на мясокостном бульоне со сметаной	200	66	2,2	3,6	6,4	25
Котлета мясная	70	155,48	17,01	10,11		289
Картофельное пюре	150	118,68	2,37	4,49	17,24	1
Помидор соленый	23	2,76	0,12		0,53	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	44	123,08	3,95	1,43	25,27	1
Батон	22	76,66	2,19	0,88	15,07	1
Соль	5					1
Полдник						
Кефир	115	64,4	3,34	3,68	4,6	2
Батон	22	76,66	2,19	0,88	15,07	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Суфле рыбное	145	212,45	22,04	11,27	5,94	2
Свекла отварная	55	57,75	0,94	3,74	5,06	10
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Батон	24	83,63	2,39	0,96	16,44	1
Рыба отварная	80	48	0,4	3,6	3,44	1
Итого день	2467	2376,38	104,05	73,11	365,46	

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