

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Кагур Е.Н.)

21.12.2022

Меню на 21.12.2022 (Сад)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
<b>Завтрак 1</b>						
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	32	83,74	2,47	0,96	16,02	1
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	130					1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
<b>Завтрак 2</b>						
Яблоко	105	46,98	0,43	0,43	10,46	6
Сок	130	59,8	0,65	0,13	13,13	1
<b>Обед</b>						
Суп крестьянский со сметаной на мясокостном бульоне	200	262,2	7	11,4	13,72	
Запеканка вермишелевая с отварным мясом и со сметаной	160	376,16	19,42	11,62	45,92	2
Салат из соленого огурца с луком	40	30,4	1,12	2,4	0,8	
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	45	125,87	4,04	1,47	25,85	1
Батон	22	76,66	2,19	0,88	15,07	1
Соль	5					1
<b>Полдник</b>						
Кефир	120	67,2	3,48	3,84	4,8	2
Булочка "Домашняя"	90	228,58	4,38	7,09	36,86	
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
<b>Ужин 1</b>						
Котлета рыбная	70	150,5	2,45	2,03	2,52	1
Салат из свеклы с луком	60					1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Батон	24	83,63	2,39	0,96	16,44	1
<b>Итого день</b>	<b>2313</b>	<b>2781,96</b>	<b>84,37</b>	<b>69,15</b>	<b>424,9</b>	

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