

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Качур Е.Н.)

29.11.2022

Меню на 29.11.2022 (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 | 29 | 75,89 | 2,24 | 0,87 | 14,51 | 1 |
| Каша пшенная с растительным маслом и сахаром | 130 | | | | | 1 |
| Кофейный напиток | 180 | 211,48 | 4,97 | 5,69 | 35,12 | |
| Завтрак 2 | | | | | | |
| Яблоко | 92 | 41,16 | 0,38 | 0,38 | 9,16 | 6 |
| Сок | 138 | 63,48 | 0,69 | 0,14 | 13,94 | 1 |
| Обед | | | | | | |
| Свекольник со сметаной на мясокостном бульоне | 200 | 423,74 | 13,42 | 19,52 | 31,66 | 1 |
| Тефтели мясные в томатном соусе | 140 | 300,97 | 19,32 | 20,58 | 9,1 | 5 |
| Салат из квашеной капусты с луком | 46 | 50,37 | 0,73 | 4,55 | 1,63 | 27 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 202,55 | 1,01 | | 49,64 | |
| Хлеб | 43 | 120,28 | 3,86 | 1,4 | 24,7 | 1 |
| Батон | 20 | 69,69 | 1,99 | 0,8 | 13,7 | 1 |
| Соль | 5 | | | | | 1 |
| Полдник | | | | | | |
| Бифидок | 160 | 91,6 | 4,38 | 4,98 | 7,33 | 5 |
| Батон | 20 | 69,69 | 1,99 | 0,8 | 13,7 | 1 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 202,55 | 1,01 | | 49,64 | |
| Ужин 1 | | | | | | |
| Рыба, припущенная в молоке | 100 | 177,13 | 16,86 | 10,57 | 4 | 1 |
| Картофельное пюре | 140 | 110,77 | 2,21 | 4,19 | 16,09 | 1 |
| Кофейный напиток | 180 | 211,48 | 4,97 | 5,69 | 35,12 | |
| Батон | 21 | 73,18 | 2,09 | 0,84 | 14,38 | 1 |
| Итого день | 2364 | 3163,1 | 99,13 | 102,28 | 444,59 | |

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