

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Канур Е.Н.)

30.11.2022

Меню на 30.11.2022 (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	30	78,5	2,31	0,9	15,02	1
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	130					1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Завтрак 2						
Яблоко	93	41,61	0,38	0,38	9,26	6
Сок	140	64,4	0,7	0,14	14,14	1
Обед						
Борщ со сметаной на мясокостном бульоне	200	82	2	3,6	10,6	3
Запеканка картофельная с отварным мясом и со сметаной	160					1
Помидор соленый	30	3,6	0,15		0,69	1
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
Ватрушка с творогом	100	240,8	7,81	2,9	45,97	
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Тефтели рыбные	90	136,32	22,93	3,72	6,29	
Икра кабачковая	38	26,45	0,35	1,79	2,25	1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Батон	22	76,66	2,19	0,88	15,07	1
Итого день	2341	2222,15	83,4	47,43	388,33	

Исполнитель: Старшая медсестра *Кулабухова* (Кулабухова О.В.)

Шеф-повар: *С.М.* (Душина С.М.)