

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий *С. С. Сидорова* (Качур Е.Н.)

16.03.2023

Меню на 16.03.2023 (Сад)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
<b>Завтрак 1</b>						
Каша пшеничная молочная	180	56,52	0,63	2,09	8,82	1
Кофейный напиток с молоком	180	87,34	2,45	2,79	12,92	
Батон с маслом	28	73,27	2,16	0,84	14,01	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	90	40,27	0,37	0,37	8,96	6
Кисель фруктовый	180					1
<b>Обед</b>						
Суп вермишелевый на курином бульоне	200	120,4	3,96	5,04	14,92	
Плов с куриным мясом	160	385,32	19,72	14,98	33,2	1
Помидор соленый	34	4,08	0,17		0,78	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	41	114,69	3,68	1,34	23,55	1
Батон	20	69,69	1,99	0,8	13,7	1
Соль	4					1
<b>Полдник</b>						
Кефир	100	56	2,9	3,2	4	2
Батон	20	69,69	1,99	0,8	13,7	1
Яблоко	90	40,27	0,37	0,37	8,96	6
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
<b>Ужин 1</b>						
Рыба, припущенная в молоке	100	177,13	16,86	10,57	4	1
Картофельное пюре	130	102,86	2,05	3,89	14,94	1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Батон	21	73,18	2,09	0,84	14,38	1
<b>Итого день</b>	<b>2428</b>	<b>2134,61</b>	<b>79,9</b>	<b>56,54</b>	<b>337,73</b>	

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