

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

29.03.2023

Меню на 29.03.2023 (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	31	81,12	2,39	0,93	15,52	1
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	130					1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Завтрак 2						
Яблоко	90	40,27	0,37	0,37	8,96	6
Сок	170	78,2	0,85	0,17	17,17	1
Обед						
Борщ со сметаной на мясокостном бульоне	200	82	2	3,6	10,6	3
Запеканка вермишелевая с отварным мясом и со сметаной	160	376,14	19,43	11,61	45,92	2
Помидор соленый	33	3,96	0,17		0,76	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	35	97,9	3,14	1,14	20,1	1
Соль	5					1
Полдник						
Кефир	122	68,32	3,54	3,9	4,88	2
Батон	23	80,14	2,29	0,92	15,75	1
Яблоко	90	40,27	0,37	0,37	8,96	6
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Сельдь	45	136,62	18,06	7,13		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	25	87,11	2,49	1	17,12	1
Итого день	2379	2637,22	85,11	64,03	427,77	

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