

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

31.03.2023

Меню на 31.03.2023 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша геркулесовая молочная	180	369,52	11,29	15,86	45,43	1
Какао с молоком	180	271,49	5,96	6,93	45,77	
Батон с маслом	35	91,59	2,7	1,05	17,52	1
Каша геркулесовая с растительным маслом и сахаром	130					1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Завтрак 2						
Яблоко	90	40,27	0,37	0,37	8,96	6
Сок	100					
Напиток витаминизированный	150	570			141	
Обед						
Рассольник со сметаной на мясокостном бульоне	200	396	11,4	23,6	32,84	1
Гуляш мясной	90	176,99	20,25	8,85	5,1	7
Каша пшеничная с маслом	120	132,8	5,04	3,68	20,88	1
Помидор соленый	45	5,4	0,23		1,04	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	36	100,7	3,23	1,17	20,68	1
Соль	5					1
Полдник						
Кефир	125	70	3,63	4	5	2
Батон	28	97,57	2,79	1,12	19,18	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Оладьи запеченные	105					
Сладкая подлива	50	28			18	
Сок	120	55,2	0,6	0,12	12,12	1
Итого день	2229	3013,18	70,52	66,75	542,44	
Исполнитель: Старшая медсестра <i>Кулабухова</i> (Кулабухова О.В.)						
Повар: <i>С.М.</i> (Душина С.М.)						