

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Качур Е.Н.)

18.05.2023

Меню на 18.05.2023 (Сад)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
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	35	91,59	2,7	1,05	17,52	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	103	47,38	0,52	0,1	10,4	1
Обед						
Суп вермишелевый на курином бульоне	200	120,2	3,94	5,08	14,98	13
Плов с куриным мясом	160	385,32	19,72	14,98	33,2	1
Салат из свежих помидоров и огурцов	65	56,23	0,94	3,25	22,26	23
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	5
Хлеб	39	109,09	3,5	1,27	22,4	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	126	70,56	3,65	4,03	5,04	2
Батон	28	97,57	2,79	1,12	19,18	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Рыба, припущенная в молоке	103	182,44	17,37	10,89	4,12	1
Картофельное пюре	120	94,94	1,89	3,59	13,79	1
Огурец свежий	28	3,92	0,21	0,03	0,7	29
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Батон	30	104,54	2,99	1,2	20,55	1
Рыба отварная	80	172	2,8	2,32	2,88	1
Итого день	2421	2547,97	78,43	65,54	387,24	

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