

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Качур Е.Н.)

14.06.2023

Меню на 14.06.2023 (Сад)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша гречневая молочная	180	500,4	16,38	15,48	78,66	1
Какао на молоке	180	96,37	2,75	2,88	15,61	
Батон с маслом	38	99,44	2,93	1,14	19,02	1
Каша гречневая с маслом и сахаром	110	142,3	4,82	4,08	21,36	3
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Завтрак 2						
Сок	100	46	0,5	0,1	10,1	1
Обед						
Суп вермишелевый	200	120,2	3,94	5,08	14,98	13
Омлет	120	272,3	16,99	19,63	7,01	
Салат из свежих помидоров и огурцов	70	60,55	1,02	3,5	23,98	23
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	5
Хлеб	40	111,89	3,59	1,3	22,98	1
Батон	28	97,57	2,79	1,12	19,18	1
Соль	5					1
Каша гречневая с маслом	110	140,38	4,44	3,75	19,8	3
Полдник						
Кефир	120	67,2	3,48	3,84	4,8	2
Батон	28	97,57	2,79	1,12	19,18	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Творожники	100	130,43	20,09	13,3	15,91	
Сладкая подлива	35	19,6			12,6	
Молоко	180	222,64	10,06	12,56	16,16	1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Итого день	2364	2724,58	121,64	94,74	445,59	

Исполнитель: Старшая медсестра (Кулабухова О.В.)

Повар: (Душина С.М.)