

Заведующий (Качур Е.Н.)



Меню на 10.07.2023 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша гречневая с маслом и сахаром	130	168,17	5,7	4,82	25,24	3
Чай с сахаром	180	85,18	20,74	5,29	22,48	5
Печенье	34	15,98	0,69	0,39	2,24	2
Завтрак 2						
Яблоко	103	46,08	0,42	0,42	10,26	6
Сок	100	46	0,5	0,1	10,1	1
Обед						
Суп гороховый	200	180,84	8,16	7,58	16,7	8
Бигус с печенью	170					
Помидор свежий	55					1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	5
Хлеб	40	111,89	3,59	1,3	22,98	1
Батон	23	80,14	2,3	0,92	15,76	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	120	67,2	3,48	3,84	4,8	2
Батон	23	80,14	2,29	0,92	15,75	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Картофель тушеный	140					1
Салат из свежих помидоров	67	59,42	0,74	4,79	3,02	1
Кофейный напиток с молоком	180	87,34	2,45	2,79	12,92	
Батон	24	83,63	2,4	0,96	16,44	1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Итого день	2133	1728,59	60,45	39,81	313,09	

Исполнитель: Старшая медсестра *Кул* (Кулабухова О.В.)

Повар: *С.М.* (Душина С.М.)