

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

18.07.2023

Меню на 18.07.2023 (Сад)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша манная молочная	180	395,6	11,05	14,35	55,4	
Какао с молоком	180	271,49	5,96	6,93	45,77	134
Батон с маслом и сыром	57	149,16	4,39	1,71	28,53	1
Каша рисовая с растительным маслом и сахаром	130					1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Завтрак 2						
Яблоко	130	58,16	0,53	0,53	12,95	6
Кисель фруктовый	180					1
Обед						
Борщ со сметаной на мясокостном бульоне	200	82	2	3,6	10,6	3
Тефтели мясные с рисом в томате	150	322,5	20,7	22,05	9,75	5
Огурец свежий	40	5,6	0,3	0,04	1	29
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	5
Хлеб	36	100,7	3,23	1,17	20,68	1
Батон	21	73,17	2,1	0,84	14,39	1
Соль	4					1
Полдник						
Бифидок	112	64,12	3,07	3,48	5,13	5
Батон	21	73,18	2,09	0,84	14,38	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Рыба, припущенная в молоке	125	221,41	21,08	13,21	5	1
Картофельное пюре	110	87,03	1,74	3,29	12,64	1
Помидор свежий	43					1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Батон	22	76,66	2,19	0,88	15,07	1
Рыба отварная	83	66,4	0,56	4,98	4,76	1
Итого день	2544	2875,24	92,95	89,28	425,57	

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