

УТВЕРЖДЕНО
 Заведующий (Качур Е.Н.)

28.07.2023

Меню на 28.07.2023 (Сад)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки,	Жиры,	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	26	68,04	2	0,78	13,01	1
Каша геркулесовая с растительным маслом и сахаром	130	237,84	6,23	5,97	39,81	
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Завтрак 2						
Яблоко	100	44,74	0,41	0,41	9,96	6
Обед						
Свекольник со сметаной на мясокостном бульоне	200	423,74	13,42	19,52	31,66	12
Ленивые голубцы с мясом	200	163,59	10,48	6,62	15,56	1
Огурец свежий	35	4,9	0,26	0,04	0,88	29
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	5
Хлеб	37	103,5	3,32	1,21	21,25	1
Батон	18	62,72	1,8	0,72	12,33	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	97	54,32	2,82	3,1	3,88	2
Батон	18	62,72	1,79	0,72	12,33	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Творожники с маслом сливочным и сахаром	102	133,04	20,49	13,57	16,23	
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Каша перловая с маслом и сахаром	130	143,87	5,46	3,99	22,62	1
Итого день	2177	2643,77	110,79	85,3	414,98	

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