

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Кулабухова Е.Н.)



**Меню на 31.07.2023 (Сад)**

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
<b>Завтрак 1</b>						
Яйцо вареное	40	29,39	2,49	2,18	0,14	1
Икра кабачковая	72	50,12	0,65	3,38	4,27	1
Чай с сахаром	180	85,18	20,74	5,29	22,48	5
Печенье	35	41,13	1,79	1	5,78	2
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	130					1
<b>Завтрак 2</b>						
Яблоко	100	44,74	0,41	0,41	9,96	6
<b>Обед</b>						
Борщ со сметаной	200	82	2	3,6	10,6	3
Картофель тушеный	160					1
Свекла отварная	60	63	1,02	4,08	5,52	10
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	5
Хлеб	36	100,7	3,23	1,17	20,68	1
Батон	17	59,24	1,7	0,68	11,65	1
Соль	4					1
<b>Полдник</b>						
Кефир	100	56	2,9	3,2	4	2
Батон	17	59,23	1,69	0,68	11,64	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
<b>Ужин 1</b>						
Оладьи запеченные с маслом сливочным и сахаром	100					
Молоко	185	228,83	10,34	12,91	16,61	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
<b>Итого день</b>	<b>1976</b>	<b>1507,21</b>	<b>51,99</b>	<b>38,58</b>	<b>272,25</b>	

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