

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Канур Е.Н.)

22.09.2023

Меню на 22.09.2023 (Сад)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	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	30	78,5	2,31	0,9	15,02	1
Каша гречневая с растительным маслом и сахаром	130					1
Чай с сахаром	180	202,55	1,01		49,64	
Завтрак 2						
Яблоко	103	46,08	0,42	0,42	10,26	6
Сок	127	58,42	0,64	0,13	12,83	1
Обед						
Щи из свежей капусты на мясокостном бульоне со сметаной	200	228,7	5,16	15,64	18,24	1
Картофель тушеный с мясом	160	115,54	2	5,52	14,46	1
Салат из свежих помидоров и огурцов	75	64,88	1,09	3,75	25,69	23
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	5
Хлеб	45	125,87	4,04	1,47	25,85	1
Батон	21	73,17	2,1	0,84	14,39	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	130	72,8	3,77	4,16	5,2	2
Батон	21	73,18	2,09	0,84	14,38	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Оладьи запеченные с маслом и сахаром	100					
Молоко	163	201,61	9,11	11,38	14,64	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Итого день	2389	2589,96	54,02	67,84	460,72	

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

Повар: *Душина* (Душина С.М.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Качур Е.Н.)

22.09.2023

Меню на 22.09.2023 (Ясли)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша геркулесовая молочная	150	307,92	9,41	13,22	37,86	1
Какао с молоком	150	226,23	4,97	5,77	38,14	
Каша гречневая с растительным маслом и сахаром	130					
Чай с сахаром	150					
Батон с маслом	33	86,35	2,54	0,99	16,52	1
Завтрак 2						
Яблоко	90	40,26	0,37	0,37	8,96	6
Сок	100	46	0,5	0,1	10,1	1
Обед						
Щи из свежей капусты на мясокостном бульоне со сметаной	180	205,83	4,64	14,08	16,42	1
Картофель тушеный с мясом	140	101,1	1,75	4,83	12,65	1
Салат из свежих помидоров и огурцов	55	47,58	0,8	2,75	18,84	23
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	5
Хлеб	45	125,87	4,04	1,47	25,85	1
Батон	26	90,58	2,6	1,04	17,81	1
Соль	3					1
Полдник						
Кефир	130	72,8	3,77	4,16	5,2	2
Компот из сухофруктов	150					
Батон	26	90,6	2,59	1,04	17,8	1
Ужин 1						
Оладьи запеченные с маслом и сахаром	90					
Компот из сухофруктов	150					
Молоко	140	173,14	7,82	9,77	12,57	1
Итого день	1508	1783,04	46,64	59,59	280,09	

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