

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Качур Е.Н.)

12.10.2023

Меню на 12.10.2023 (Сад)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
<b>Завтрак 1</b>						
Каша пшеничная молочная	180	56,52	0,63	2,09	8,82	1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Батон с маслом	30	78,5	2,31	0,9	15,02	1
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	130					1
<b>Завтрак 2</b>						
Яблоко	90	40,27	0,37	0,37	8,96	6
<b>Обед</b>						
Гречневый суп на курином бульоне	200	82,6	2	2,24	13,6	
Суфле из отварной курицы	120	277,41	24,51	20,99	5,16	1
Салат из свежих помидоров и огурцов	78	67,47	1,13	3,9	26,72	23
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	5
Хлеб	44	123,08	3,95	1,43	25,27	1
Батон	21	73,17	2,1	0,84	14,39	1
Картофель тушеный с мясом куриным	140	101,09	1,75	4,83	12,66	1
Соль	4					1
<b>Полдник</b>						
Бифидок	120	68,7	3,28	3,73	5,5	5
Батон	21	73,18	2,09	0,84	14,38	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
<b>Ужин 1</b>						
Тефтели рыбные	105	159,03	26,74	4,35	7,34	
Свекла отварная	60	63	1,02	4,08	5,52	10
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Батон	22	76,66	2,19	0,88	15,07	1
<b>Итого день</b>	<b>2085</b>	<b>1840,42</b>	<b>99,13</b>	<b>57,33</b>	<b>302,67</b>	

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

Повар: *Душина* (Душина С.М.)

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Качур Е.Н.)



Меню на 12.10.2023 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
<b>Завтрак 1</b>						
Каша пшеничная молочная	150	47,1	0,52	1,74	7,35	1
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,44	10,41	5
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	130					
Батон с маслом	30	78,5	2,31	0,9	15,02	1
<b>Завтрак 2</b>						
Яблоко	90	40,27	0,37	0,37	8,96	6
<b>Обед</b>						
Гречневый суп на курином бульоне	200	82,6	2	2,24	13,6	
Суфле из отварной курицы	110	254,27	22,47	19,24	4,73	1
Салат из свежих помидоров и огурцов	65	56,22	0,94	3,25	22,27	23
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	5
Хлеб	35	97,9	3,14	1,14	20,1	1
Батон	21	73,17	2,1	0,84	14,39	1
Картофель тушеный с куриным мясом	140					
Соль	3					1
<b>Полдник</b>						
Бифидок	80	45,8	2,19	2,49	3,67	5
Компот из сухофруктов	150					
Батон	21	73,18	2,09	0,84	14,38	1
<b>Ужин 1</b>						
Тефтели рыбные	95	143,87	24,19	3,94	6,64	
Свекла отварная	50	52,5	0,85	3,4	4,6	10
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,44	10,41	5
Батон	25	87,11	2,49	1	17,12	1
<b>Итого день</b>	<b>1425</b>	<b>1380,13</b>	<b>85,7</b>	<b>46,28</b>	<b>215,02</b>	
Исполнитель: Старшая медсестра <i>Кул</i> (Кулабухова О.В.)						
Повар: <i>Душина</i> (Душина С.М.)						