

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Качур Е.Н.)

13.10.2023

Меню на 13.10.2023 (Сад)

ЖИРЫ

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	29	75,89	2,24	0,87	14,51	1
Каша рисовая с растительным маслом и сахаром	130					1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Завтрак 2						
Яблоко	90	40,27	0,37	0,37	8,96	6
Сок	100	46	0,5	0,1	10,1	1
Обед						
Суп пшенный на мясокостном бульоне	200	90	1,8	4,2	11	2
Ленивые голубцы с мясом	170	139,06	8,91	5,63	13,23	1
Огурец свежий	57	7,98	0,43	0,06	1,43	29
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	5
Хлеб	43	120,28	3,86	1,4	24,7	1
Батон	20	69,69	2	0,8	13,7	1
Соль	4					1
Полдник						
Бифидок	120	68,7	3,29	3,73	5,5	5
Батон	20	69,69	1,99	0,8	13,7	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Оладьи запеченные с маслом и сахаром	100					
Молоко	150	185,54	8,39	10,47	13,47	1
Каша рисовая с растительным маслом и сахаром	130					1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
<b>Итого день</b>	<b>2443</b>	<b>2382,17</b>	<b>62,99</b>	<b>62,6</b>	<b>391,02</b>	

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

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Качур Е.Н.)



**Меню на 13.10.2023 (Ясли)**

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
<b>Завтрак 1</b>						
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 рисовая с растительным маслом и сахаром	130					
Кофейный напиток	150	211,48	4,97	5,69	35,12	
Батон с маслом	30	78,5	2,32	0,9	15,01	1
<b>Завтрак 2</b>						
Яблоко	90	40,27	0,37	0,37	8,96	6
Сок	100	46	0,5	0,1	10,1	1
<b>Обед</b>						
Суп пшеничный на мясокостном бульоне	180	81	1,62	3,78	9,9	2
Ленивые голубцы с мясом	150	122,69	7,86	4,97	11,67	1
Огурец свежий	45	6,3	0,34	0,05	1,13	29
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
Соль	3					1
<b>Полдник</b>						
Бифидок	80	45,8	2,19	2,49	3,67	5
Компот из сухофруктов	150					
Батон	21	73,17	2,09	0,84	14,39	1
<b>Ужин 1</b>						
Оладьи запеченные с маслом и сахаром	90					
Каша рисовая с растительным маслом и сахаром	130					
Кофейный напиток	150	211,48	4,97	5,69	35,12	
Молоко	140	173,16	7,83	9,77	12,57	1
<b>Итого день</b>	<b>1435</b>	<b>1540,89</b>	<b>45,58</b>	<b>44,24</b>	<b>239,25</b>	

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

Повар: *Душина* (Душина С.М.)