

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Качур Е.Н.)



Меню на 03.11.2023 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
<b>Завтрак 1</b>						
Каша геркулесовая молочная	200	410,58	12,54	17,62	50,48	1
Какао на молоке	180	96,37	2,75	2,88	15,61	
Батон с маслом	32	83,74	2,47	0,96	16,02	1
Каша рисовая с растительным маслом и сахаром	130					1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
<b>Завтрак 2</b>						
Сок	133	61,18	0,67	0,13	13,43	1
<b>Обед</b>						
Рассольник на мясокостном бульоне	200	396	11,4	23,6	32,84	1
Тефтели мясные в томатном соусе	130	279,5	17,94	19,11	8,45	5
Свекла отварная	60	63	1,02	4,08	5,52	10
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	46	128,67	4,13	1,5	26,42	1
Батон	22	76,66	2,19	0,88	15,07	1
Соль	4					1
<b>Полдник</b>						
Кефир	133	74,48	3,86	4,26	5,32	2
Вафли	40	354	2,6	3,3	77	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
<b>Ужин 1</b>						
Сельдь	33	100,19	13,24	5,23		1
Картофельное пюре	150	118,68	2,37	4,49	17,24	1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Батон	24	83,63	2,39	0,96	16,44	1
<b>Итого день</b>	<b>2237</b>	<b>2826,42</b>	<b>104,63</b>	<b>94,86</b>	<b>424,1</b>	

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

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Качур Е.Н.)

03.11.2023

Меню на 03.11.2023 (Ясли)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
<b>Завтрак 1</b>						
Каша геркулесовая молочная	180	369,52	11,29	15,86	45,43	1
Какао на молоке	160	85,66	2,44	2,56	13,88	
Каша рисовая с растительным маслом и сахаром	130					
Чай с сахаром	150					
Батон с маслом	45	117,76	3,47	1,35	22,53	1
<b>Завтрак 2</b>						
Сок	100	46	0,5	0,1	10,1	1
<b>Обед</b>						
Рассольник на мясокостном бульоне	180	356,4	10,26	21,24	29,56	1
Тефтели мясные в томатном соусе	120	257,98	16,56	17,64	7,8	5
Свекла отварная	40	42	0,68	2,72	3,68	10
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	
Хлеб	42	117,48	3,77	1,37	24,12	1
Батон	38	132,41	3,78	1,52	26,03	1
Соль	4					1
<b>Полдник</b>						
Кефир	128	71,68	3,71	4,1	5,12	2
Компот из сухофруктов	150					
Вафли	30	265,5	1,95	2,47	57,75	1
<b>Ужин 1</b>						
Свекла отварная	40	42	0,68	2,72	3,68	10
Картофельное пюре	130	102,85	2,05	3,89	14,94	1
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,44	10,41	5
Батон	48	167,26	4,78	1,92	32,88	1
<b>Итого день</b>	<b>1585</b>	<b>2382,71</b>	<b>76,36</b>	<b>81,9</b>	<b>349,28</b>	

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

Повар: *Душина* (Душина С.М.)