

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Кацур Е.Н.)

14.11.2023

Меню на 14.11.2023 (Сад)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
<b>Завтрак 1</b>						
Каша манная молочная	180	395,6	11,05	14,35	55,4	
Какао на молоке	180	96,37	2,75	2,88	15,61	
Батон с маслом и сыром	47	122,99	3,62	1,41	23,52	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>						
Яблоко	133	59,5	0,55	0,55	13,25	6
Сок	130	59,8	0,65	0,13	13,13	1
<b>Обед</b>						
Рассольник со сметаной на мясокостном бульоне	200	396	11,4	23,6	32,84	1
Капуста тушеная с мясом	180	126,76	3,15	5,8	7,92	3
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	40	111,89	3,59	1,3	22,98	1
Батон	19	66,21	1,89	0,76	13,01	1
Соль	4					1
<b>Полдник</b>						
Бифидок	120	68,7	3,29	3,73	5,5	5
Батон	19	66,21	1,89	0,76	13,01	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
<b>Ужин 1</b>						
Рыба, тушеная в томате с овощами	120	96	0,8	7,2	6,88	1
Каша перловая с маслом	100	110,67	4,2	3,07	17,4	1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Батон	20	69,69	1,99	0,8	13,7	1
<b>Итого день</b>	<b>2342</b>	<b>2346,14</b>	<b>75,88</b>	<b>72,2</b>	<b>378,42</b>	

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

Повар: *Душина* (Душина С.М.)

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий *Кулабухова* (Кулабухова Е.Н.)

14.11.2023

Меню на 14.11.2023 (Ясли)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
<b>Завтрак 1</b>						
Каша манная молочная	150	329,65	9,21	11,96	46,16	
Какао на молоке	150	80,31	2,29	2,4	13,01	
Каша рисовая с растительным маслом и сахаром	130					
Чай с сахаром	150					
Батон с маслом и сыром	64	167,48	4,93	1,92	32,03	1
<b>Завтрак 2</b>						
Яблоко	112	50,1	0,46	0,46	11,16	6
Сок	100	46	0,5	0,1	10,1	1
<b>Обед</b>						
Рассольник со сметаной на мясокостном бульоне	180	356,4	10,26	21,24	29,56	1
Капуста тушеная с мясом	160	112,66	2,8	5,16	7,04	3
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	
Хлеб	42	117,48	3,77	1,37	24,13	1
Батон	38	132,42	3,78	1,52	26,02	1
Соль	3					1
<b>Полдник</b>						
Бифидок	126	72,13	3,45	3,92	5,78	5
Компот из сухофруктов	150					
Батон	38	132,42	3,78	1,52	26,02	1
<b>Ужин 1</b>						
Рыбное филе, тушеное в томате с овощами	90	72	0,6	5,4	5,16	1
Картофельное пюре	100	79,12	1,58	2,99	11,49	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>1701</b>	<b>2123,64</b>	<b>62,63</b>	<b>64,32</b>	<b>332,32</b>	
Исполнитель: Старшая медсестра <i>Кулабухова</i> (Кулабухова О.В.)						
Повар: <i>Душина</i> (Душина С.М.)						