

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Качур Е.Н.)

21.11.2023

Меню на 21.11.2023 (Сад)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша манная молочная	210	461,54	12,89	16,74	64,64	
Какао на молоке	200	107,08	3,06	3,2	17,34	
Батон с маслом и сыром	48	125,61	3,7	1,44	24,02	1
Каша пшенная с растительным маслом и сахаром	130					1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Завтрак 2						
Сок	128	58,88	0,64	0,13	12,93	1
Обед						
Борщ со сметаной на мясокостном бульоне	200	82	2	3,6	10,6	3
Запеканка картофельная с отварным мясом и со сметаной	150					1
Помидор соленый	50	6	0,25		1,15	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	41	114,69	3,68	1,34	23,55	1
Батон	22	76,66	2,19	0,88	15,07	1
Соль	5					1
Полдник						
Кефир	115	64,4	3,34	3,68	4,6	2
Батон	22	76,66	2,19	0,88	15,07	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Рыба, тушеная в томате с овощами	118	94,4	0,79	7,08	6,76	1
Каша перловая с маслом	100	110,67	4,2	3,07	17,4	1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Батон	23	80,14	2,29	0,92	15,75	1
Итого день	2282	2286,79	53,18	54,34	398,4	

Исполнитель: Старшая медсестра

Кулабухова

(Кулабухова О.В.)

Повар: *Душина*

(Душина С.М.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Качур Е.Н.)

21.11.2023
Меню на 21.11.2023 (Ясли)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша манная молочная	180	395,59	11,05	14,35	55,4	
Какао на молоке	160	85,66	2,45	2,56	13,87	
Каша пшенная с растительным маслом и сахаром	130					
Кофейный напиток	150					
Батон с маслом и сыром	43	112,52	3,31	1,29	21,52	1
Завтрак 2						
Сок	100	46	0,5	0,1	10,1	1
Обед						
Борщ со сметаной на мясокостном бульоне	180	73,8	1,8	3,24	9,54	3
Запеканка картофельная с отварным мясом и со сметаной	130					1
Свекла отварная	50					
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	
Хлеб	33	92,3	2,96	1,08	18,95	1
Батон	20	69,68	1,99	0,8	13,7	1
Соль	3					1
Полдник						
Кефир	105	58,8	3,05	3,36	4,2	2
Компот из сухофруктов	150					
Батон	20	69,68	1,99	0,8	13,69	1
Ужин 1						
Рыбное филе, тушеное в томате с овощами	90	71,99	0,61	5,4	5,15	1
Картофельное пюре	100	79,12	1,58	2,99	11,49	1
Кофейный напиток	150	176,23	4,14	4,74	29,27	
Батон	24	83,62	2,39	0,96	16,43	1
Итого день	1488	1583,77	38,66	41,67	264,68	

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

Повар: *С.М.* (Душина С.М.)