

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий *(Кулабухова О.В.)*



**Меню на 22.11.2023 (Сад)**

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки,	Жиры,	Углеводы, г	№ рецептуры
<b>Завтрак 1</b>						
Каша пшеничная молочная	210	512,17	15,62	16,95	74,09	68
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Батон с маслом	31	81,12	2,39	0,93	15,52	1
Каша рисовая с растительным маслом и сахаром	130					1
<b>Завтрак 2</b>						
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
Картофель тушеный с мясом	150	108,32	1,88	5,18	13,56	1
Салат из квашеной капусты с луком	40	43,8	0,63	3,96	1,42	27
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	42	117,48	3,77	1,37	24,12	1
Батон	22	76,66	2,19	0,88	15,07	1
Соль	4					1
<b>Полдник</b>						
Кефир	118	66,08	3,42	3,78	4,72	2
Булочка "Фантазия"	80	299,73	8,96	5,86	52,8	
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
<b>Ужин 1</b>						
Запеканка творожная	110	170,13	12,45	8,55	10,38	
Сладкая подлива	40	22,4			14,4	
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Каша рисовая с растительным маслом и сахаром	130					1
<b>Итого день</b>	<b>2157</b>	<b>2781,75</b>	<b>75,32</b>	<b>82,57</b>	<b>441,57</b>	

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

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий

22.11.2023

Меню на 22.11.2023 (Ясли)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
<b>Завтрак 1</b>						
Каша пшеничная молочная	180	438,98	13,39	14,53	63,5	68
Кофейный напиток	150	176,23	4,14	4,74	29,27	
Каша рисовая с растительным маслом и сахаром	130					
Батон с маслом	31	81,12	2,39	0,93	15,52	1
<b>Завтрак 2</b>						
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
Картофель тушеный с мясом	140	101,1	1,75	4,83	12,66	1
Свекла отварная	35	36,75	0,6	2,38	3,22	10
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	
Хлеб	35	97,9	3,14	1,14	20,1	1
Батон	21	73,17	2,09	0,84	14,38	1
Соль	3					1
<b>Полдник</b>						
Кефир	110	61,6	3,19	3,52	4,4	2
Компот из сухофруктов	150					
Батон	21	73,18	2,09	0,84	14,38	1
<b>Ужин 1</b>						
Запеканка творожная	100	154,65	11,32	7,77	9,44	
Сладкая подлива	30	16,8			10,8	
Каша рисовая с растительным маслом и сахаром	130					
Кофейный напиток	150	176,23	4,14	4,74	29,27	
<b>Итого день</b>	<b>1436</b>	<b>2058,89</b>	<b>59,84</b>	<b>67,6</b>	<b>307,97</b>	

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