

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Жачур Е.Н.)



Меню на 07.12.2023 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша пшеничная молочная	180	56,52	0,63	2,09	8,82	1
Батон с маслом	32	83,74	2,47	0,96	16,02	1
Чай с молоком	180	138,04	4,23	5,53	18,67	
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	130					1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Завтрак 2						
Яблоко	142	63,53	0,58	0,58	14,14	6
Сок	150	69	0,75	0,15	15,15	1
Обед						
Суп вермишелевый на курином бульоне	200	120,2	3,94	5,08	14,98	13
Плов с куриным мясом	160	385,34	19,73	14,98	33,2	1
Салат из соленого огурца с луком	63	47,88	1,76	3,78	1,26	
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	45	125,87	4,04	1,47	25,85	1
Батон	24	83,63	2,39	0,96	16,44	1
Картофельный суп на курином бульоне	200	82,6	2	2,24	13,6	
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	135	75,6	3,92	4,32	5,4	2
Батон	24	83,63	2,39	0,96	16,44	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Рыба под омлетом	113	184,19	20,17	9,7	4,4	
Салат из свеклы и зеленого горошка	70	72,1	1,4	4,76	5,88	59
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Батон	25	87,11	2,49	1	17,12	1
Рыба отварная	37	54,21	5,62	2,87	1,52	2
Итого день	2634	2312,93	103,57	67,29	353,15	

Исполнитель: Старшая медсестра

Кулабухова

(Кулабухова О.В.)

Повар:

Душина

(Душина С.М.)

Заведующий (Качур Е.Н.)



Меню на 07.12.2023 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша пшеничная молочная	150	47,1	0,52	1,74	7,35	1
Батон с маслом	28	73,27	2,16	0,84	14,02	1
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	130					
Чай с сахаром	150					
Чай с молоком	150	115,03	3,52	4,61	15,56	
Завтрак 2						
Яблоко	112	50,11	0,46	0,46	11,15	6
Сок	100	46	0,5	0,1	10,1	1
Обед						
Суп вермишелевый на курином бульоне	180	108,18	3,55	4,57	13,48	13
Плов с куриным мясом	150	361,26	18,5	14,04	31,13	1
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	
Хлеб	37	103,49	3,32	1,21	21,25	1
Батон	22	76,66	2,19	0,88	15,07	1
Суп картофельный на курином бульоне	180					
Соль	3					1
Полдник						
Кефир	138	77,28	4,01	4,42	5,52	2
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	
Батон	22	76,66	2,19	0,88	15,07	1
Ужин 1						
Рыба под омлетом	113	184,19	20,17	9,7	4,4	
Салат из свеклы и зеленого горошка	50	51,49	1	3,4	4,2	59
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,44	10,41	5
Рыба отварная	37	54,21	5,62	2,87	1,52	
Батон	24	83,63	2,39	0,96	16,44	1
Итого день	1579	1662,55	74,92	50,25	236,52	

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