

Заведующий (Качур Е.Н.)



Меню на 18.12.2023 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Макароны отварные со сливочным маслом и сахаром	130	147,33	3,77	5,21	20,08	2
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Печенье	30	35,25	1,53	0,86	4,95	2
Каша гречневая с растительным маслом и сахаром	130					1
Завтрак 2						
Яблоко	130	58,16	0,53	0,53	12,95	6
Обед						
Борщ со сметаной	200	82	2	3,6	10,6	3
Омлет	100	226,92	14,16	16,36	5,84	
Икра кабачковая	65	45,24	0,59	3,05	3,85	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	41	114,69	3,68	1,34	23,55	1
Картофель тушеный	140					1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	130	72,8	3,77	4,16	5,2	2
Батон	22	76,66	2,19	0,88	15,07	1
Яблоко	130	58,16	0,53	0,53	12,95	6
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Рагу овощное	170	135,01	5,54	8,35	13,31	1
Огурец соленый	42	5,46	0,34	0,04	0,71	15
Кофейный напиток на молоке	180	96,37	2,75	2,88	15,61	
Батон	23	80,14	2,29	0,92	15,75	1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Итого день	2387	1898,09	62,18	57,33	307,31	

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

Повар: *Душина* (Душина С.М.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Качур Е.Н.)

Меню на 18.12.2023 (Ясли)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Макароны отварные со сливочным маслом и сахаром	130	147,33	3,77	5,21	20,08	2
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,44	10,41	5
Каша гречневая с растительным маслом и сахаром	130					
Печенье	22	25,85	1,12	0,63	3,63	2
Завтрак 2						
Яблоко	112	50,1	0,46	0,46	11,16	6
Обед						
Борщ со сметаной	180	73,8	1,8	3,24	9,54	3
Омлет	100	226,92	14,16	16,36	5,84	
Икра кабачковая	65	45,24	0,59	3,05	3,85	1
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	
Хлеб	36	100,7	3,23	1,18	20,68	1
Картофель тушеный	140					
Соль	3					1
Полдник						
Кефир	135	75,6	3,91	4,32	5,4	2
Батон	21	73,17	2,09	0,84	14,38	1
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	
Яблоко	112	50,1	0,46	0,46	11,16	6
Ужин 1						
Рагу овощное	150	119,12	4,89	7,37	11,74	1
Свекла отварная	40	42	0,68	2,72	3,68	10
Кофейный напиток на молоке	150	80,31	2,29	2,4	13,01	
Кофейный напиток	150					
Батон	24	83,62	2,39	0,96	16,43	1
Итого день	1580	1402,07	52,28	51,64	202,36	

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

Повар: *Душина* (Душина С.М.)