

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

21.12.2023

Меню на 21.12.2023 (Сад)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша пшенная молочная	180	56,52	0,63	2,09	8,82	1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Батон с маслом	32	83,74	2,47	0,96	16,02	1
Каша пшенная с растительным маслом и сахаром	130					1
Завтрак 2						
Сок	134	61,64	0,67	0,13	13,53	1
Обед						
Суп вермишелевый на курином бульоне	200	120,2	3,94	5,08	14,98	13
Суфле из отварной курицы	120	277,41	24,51	20,99	5,16	1
Салат из квашеной капусты с луком	115	125,91	1,82	11,38	4,07	27
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	44	123,08	3,95	1,43	25,27	1
Суп картофельный на курином бульоне	200	82,6	2	2,24	13,6	
Картофель тушеный с мясом куриным	130	93,87	1,63	4,49	11,75	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	142	79,52	4,12	4,54	5,68	2
Батон	24	83,63	2,39	0,96	16,44	1
Яблоко	140	62,64	0,57	0,57	13,94	6
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Рыба, припущенная в молоке	105	185,99	17,7	11,1	4,2	1
Картофельное пюре	120	94,94	1,9	3,59	13,79	1
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	78	62,4	0,52	4,68	4,47	1
Итого день	2753	2442,3	91,13	90,45	343,85	

Исполнитель: Старшая медсестра

Повар: *С.М.* (Душина С.М.)

Кулабухова

(Кулабухова О.В.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Качур Е.Н.)



Меню на 21.12.2023 (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
Кофейный напиток	150	176,23	4,14	4,74	29,27	
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	130					
Батон с маслом	28	73,27	2,16	0,84	14,02	1
Завтрак 2						
Яблоко	120	53,69	0,49	0,49	11,95	6
Обед						
Суп вермишелевый на курином бульоне	180	108,18	3,55	4,57	13,48	13
Суфле из отварной курицы	110	254,27	22,47	19,24	4,73	1
Свекла отварная	30	31,5	0,51	2,04	2,76	10
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	
Хлеб	37	103,5	3,32	1,2	21,25	1
Суп картофельный на курином бульоне	180	82,6	2	2,24	13,6	
Картофель тушеный с куриным мясом	130	93,87	1,63	4,49	11,75	
Соль	3					1
Полдник						
Кефир	140	78,4	4,06	4,48	5,6	2
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	
Батон	22	76,66	2,19	0,88	15,07	1
Ужин 1						
Рыбное филе, припущенное в молоке	80	141,71	13,49	8,46	3,2	1
Картофельное пюре	100	79,11	1,58	2,99	11,49	1
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,44	10,41	5
Рыба отварная	78	62,4	0,52	4,68	4,47	
Батон	24	83,63	2,39	0,96	16,44	1
Итого день	1514	1557,46	71,99	57,79	212,07	

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