

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Качур Е.Н.)



Меню на 10.01.2024 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша пшеничная молочная	180	439	13,39	14,53	63,5	68
Кофейный напиток с молоком	180	87,34	2,45	2,79	12,92	
Печенье	64	75,2	3,26	1,83	10,56	2
Каша рисовая с растительным маслом и сахаром	130					1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Завтрак 2						
Сок	120	55,2	0,6	0,12	12,12	1
Обед						
Рассольник со сметаной	200	396	11,4	23,6	32,84	1
Картофель тушеный	170					1
Помидор соленый	40					
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	53	148,25	4,76	1,73	30,44	1
Батон	22	76,66	2,19	0,88	15,07	1
Соль	5					1
Полдник						
Кефир	165	92,4	4,79	5,28	6,6	2
Батон	22	76,66	2,19	0,88	15,07	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Запеканка творожная со сметаной	210	324,75	23,77	16,32	19,83	
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Каша рисовая с растительным маслом и сахаром	130					1
Итого день	2371	2435,36	87,31	76,58	365,84	

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Качур Е.Н.)



Меню на 10.01.2024 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша пшеничная молочная	150	365,82	11,16	12,11	52,91	68
Кофейный напиток с молоком	150	72,78	2,04	2,32	10,77	
Каша рисовая с растительным маслом и сахаром	130					
Кофейный напиток	150					
Печенье	35	41,12	1,78	1	5,77	2
Завтрак 2						
Сок	100	46	0,5	0,1	10,1	1
Обед						
Рассольник со сметаной	180	356,4	10,26	21,24	29,56	1
Картофель тушеный	150					1
Икра кабачковая	73	50,81	0,66	3,43	4,32	1
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	
Хлеб	45	125,86	4,04	1,47	25,84	1
Батон	26	90,6	2,59	1,04	17,81	1
Соль	3					1
Полдник						
Кефир	135	75,59	3,92	4,32	5,4	2
Компот из сухофруктов	150					
Батон	26	90,6	2,59	1,04	17,81	1
Ужин 1						
Запеканка творожная со сметаной	170	262,86	19,24	13,21	16,05	
Каша рисовая с растительным маслом и сахаром	130					
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,44	10,41	5
Итого день	1543	1786,65	69,22	63,72	248,12	

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

Повар: *С.М.* (Душина С.М.)