

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Качур Е.Н.)



Меню на 11.01.2024 (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
Кофейный напиток с молоком	180	87,34	2,45	2,79	12,92	
Батон с маслом	33	86,35	2,54	0,99	16,52	1
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	130					1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Завтрак 2						
Кисель фруктовый	180					1
Обед						
Гречневый суп на мясокостном бульоне	200					
Запеканка вермишелевая с отварным мясом и со сметаной	190	446,65	23,06	13,8	54,53	2
Помидор соленый	40					
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	57	159,44	5,12	1,86	32,74	1
Батон	26	90,59	2,59	1,04	17,81	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	200	112	5,8	6,4	8	2
Батон	26	90,59	2,59	1,04	17,81	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Рыба, припущенная в молоке	140	247,98	23,6	14,8	5,6	1
Картофельное пюре	130	102,86	2,05	3,89	14,94	1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Батон	26	90,59	2,59	1,04	17,81	1
Рыба отварная	100					
Итого день	2522	2234,81	91,53	58,36	354,39	

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Канур Е.Н.)



Меню на 11.01.2024 (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 с молоком	150	72,78	2,04	2,32	10,77	
Батон с маслом	30	78,49	2,31	0,9	15,02	1
Завтрак 2						
Кисель фруктовый	150					1
Обед						
Гречневый суп на мясокостном бульоне	180					
Запеканка вермишелевая с отварным мясом и со сметаной	160	376,12	19,42	11,62	45,92	2
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	
Хлеб	40	111,88	3,59	1,31	22,97	1
Батон	23	80,14	2,29	0,92	15,75	1
Соль	3					1
Полдник						
Кефир	120	67,19	3,48	3,84	4,8	2
Батон	23	80,14	2,29	0,92	15,75	1
Ужин 1						
Рыбное филе, припущенное в молоке	100	177,11	16,86	10,57	4	1
Картофельное пюре	110	87,03	1,73	3,29	12,64	1
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,44	10,41	5
Батон	23	80,14	2,29	0,92	15,75	1
Итого день	1562	1466,33	67,26	40,79	222,5	

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