

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Качур Е.Н.)



Меню на 12.01.2024 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша геркулесовая молочная	190	390,03	11,92	16,74	47,95	1
Какао с молоком	180	271,49	5,96	6,93	45,77	
Батон с маслом	32	83,74	2,47	0,96	16,02	1
Каша рисовая с растительным маслом и сахаром	130					1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Завтрак 2						
Сок	140	64,4	0,7	0,14	14,14	1
Обед						
Борщ на мясокостном бульоне	200	82	2	3,6	10,6	3
Гуляш мясной	100	196,66	22,5	9,83	5,67	7
Каша пшеничная с маслом	130	62,75	0,7	2,32	9,8	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	56	156,64	5,03	1,83	32,17	1
Батон	25	87,11	2,49	1	17,12	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	180	100,8	5,22	5,76	7,2	2
Батон	25	87,11	2,49	1	17,12	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Рыба, тушеная в томатном соусе	145	116	0,97	8,7	8,31	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	25	87,11	2,49	1	17,12	1
Итого день	2412	2388,44	92,05	69,56	388,19	

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

Повар: *СМ* (Душина С.М.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Качур Е.Н.)



Меню на 12.01.2024 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша геркулесовая молочная	160	328,44	10,04	14,1	40,38	1
Какао с молоком	150	226,23	4,97	5,77	38,14	
Батон с маслом	33	86,35	2,55	0,99	16,52	1
Завтрак 2						
Сок	100	45,99	0,5	0,1	10,1	1
Обед						
Борщ на мясокостном бульоне	180	73,8	1,8	3,24	9,54	3
Гуляш мясной	80	157,33	18	7,86	4,54	7
Каша пшеничная с маслом	110	53,09	0,59	1,96	8,29	1
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	
Хлеб	45	125,86	4,04	1,47	25,85	1
Батон	26	90,59	2,59	1,04	17,8	1
Соль	3					1
Полдник						
Кефир	135	75,6	3,92	4,32	5,4	2
Батон	26	90,59	2,59	1,04	17,8	1
Ужин 1						
Рыбное филе, тушеное в томатном соусе	100	79,99	0,67	6	5,73	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	26	90,59	2,59	1,04	17,8	1
Итого день	1584	1819,69	67,02	54,66	282,31	

Исполнитель: Старшая медсестра

Кулабухова

(Кулабухова О.В.)

Повар:

Душина

(Душина С.М.)