

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Качур Е.Н.)



Меню на 15.01.2024 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша гречневая с маслом и сахаром	130	168,17	5,7	4,82	25,24	3
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Печенье	30	35,25	1,53	0,86	4,95	2
Завтрак 2						
Яблоко	115	51,45	0,47	0,47	11,45	6
Обед						
Суп гороховый	200	180,84	8,16	7,58	16,7	8
Бигус с печенью	190					
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	53	148,25	4,76	1,73	30,44	1
Батон	19	66,21	1,89	0,76	13,01	1
Соль	4					1
Полдник						
Кефир	140	78,4	4,06	4,48	5,6	2
Булочка "Домашняя"	90	228,58	4,39	7,09	36,87	
Яблоко	115	51,45	0,47	0,47	11,45	6
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Омлет	95	215,56	13,45	15,54	5,55	
Салат из свеклы и зеленого горошка	70	72,1	1,4	4,76	5,88	59
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Батон	19	66,21	1,89	0,76	13,01	1
Каша гречневая с растительным маслом и сахаром	130					1
Итого день	2120	1862,21	73,23	55,18	304,41	

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Качур Е.Н.)



Меню на 15.01.2024 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша гречневая с маслом и сахаром	130	168,17	5,7	4,82	25,24	3
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,44	10,41	5
Печенье	23	27,02	1,17	0,66	3,79	2
Завтрак 2						
Яблоко	95	42,5	0,39	0,39	9,46	6
Обед						
Суп гороховый	180	162,76	7,34	6,82	15,03	8
Бигус с печенью	160					
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	
Хлеб	32	89,5	2,87	1,04	18,38	1
Батон	19	66,21	1,89	0,76	13,01	1
Соль	3					1
Полдник						
Кефир	100	55,99	2,9	3,2	4	2
Батон	38	132,42	3,79	1,52	26,03	1
Яблоко	95	42,5	0,39	0,39	9,46	6
Ужин 1						
Омлет	95	215,56	13,45	15,54	5,55	
Салат из свеклы и зеленого горошка	50	51,49	1	3,4	4,2	59
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,44	10,41	5
Каша гречневая с растительным маслом и сахаром	130					
Батон	19	66,21	1,89	0,76	13,01	1
Итого день	1489	1367,97	62,82	44,18	209,35	

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

Повар: *С.М.* (Душина С.М.)