

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Качур Е.Н.)

16.01.2024

Меню на 16.01.2024 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
<b>Завтрак 1</b>						
Каша геркулесовая молочная	180	369,52	11,29	15,86	45,43	1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Батон с маслом и сыром	50	130,84	3,86	1,5	25,02	1
<b>Завтрак 2</b>						
Кисель фруктовый	150					1
Яблоко	100	44,74	0,41	0,41	9,96	6
<b>Обед</b>						
Борщ со сметаной на мясокостном бульоне	200	82	2	3,6	10,6	3
Картофель тушеный с мясом	180	129,98	2,25	6,21	16,27	1
Соленый огурец	50					
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	50	139,86	4,49	1,63	28,72	1
Батон	30	104,54	2,99	1,2	20,55	1
Соль	5					1
<b>Полдник</b>						
Кефир	120	67,2	3,48	3,84	4,8	2
Батон	30	104,54	2,99	1,2	20,55	1
Яблоко	100	44,74	0,41	0,41	9,96	6
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
<b>Ужин 1</b>						
Суфле рыбное	100	146,52	15,2	7,77	4,1	2
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	30	104,54	2,99	1,2	20,55	1
Рыба отварная	70					
<b>Итого день</b>	<b>2185</b>	<b>2205,02</b>	<b>72,27</b>	<b>58,21</b>	<b>369,28</b>	

Исполнитель: Старшая медсестра  (Кулабухова О.В.)

Повар:  (Душина С.М.)

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Качур Е.Н.)



Меню на 16.01.2024 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша геркулесовая молочная	150	307,92	9,41	13,22	37,86	1
Кофейный напиток	150	176,23	4,14	4,74	29,27	
Батон с маслом и сыром	68	177,94	5,25	2,04	34,04	1
Завтрак 2						
Кисель фруктовый	150					1
Яблоко	100	44,74	0,41	0,41	9,96	6
Обед						
Борщ со сметаной на мясокостном бульоне	180	73,8	1,8	3,24	9,54	3
Картофель тушеный с мясом	150	108,31	1,87	5,17	13,56	1
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	
Хлеб	48	134,27	4,31	1,56	27,57	1
Батон	30	104,54	2,99	1,2	20,55	1
Соль	5					1
Полдник						
Кефир	100	56	2,9	3,2	4	2
Батон	30	104,54	2,99	1,2	20,55	1
Компот из сухофруктов	150					
Яблоко	100	44,74	0,41	0,41	9,96	6
Ужин 1						
Суфле рыбное	100	146,52	15,2	7,77	4,1	2
Салат из свеклы и зеленого горошка	70	72,1	1,4	4,76	5,88	59
Чай с сахаром	150	39,43	9,6	2,44	10,41	5
Рыба отварная	70					
Батон	30	104,54	2,99	1,2	20,55	1
<b>Итого день</b>	<b>1761</b>	<b>1864,4</b>	<b>66,52</b>	<b>52,57</b>	<b>299,16</b>	

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

Повар: *Душина С.М.* (Душина С.М.)