

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Качур Е.Н.)

Меню на 18.01.2024 (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	28	73,27	2,16	0,84	14,01	1
Каша гречневая с растительным маслом и сахаром	130					1
<b>Завтрак 2</b>						
Салат из тертой моркови с сахаром	80	54,72	0,46	4,03	4,15	1
<b>Обед</b>						
Рассольник со сметаной на мясокостном бульоне	200	396	11,4	23,6	32,84	1
Котлета мясная	60	133,26	14,58	8,67		289
Капуста тушеная	170	135,64	4,45	5,49	20,59	3
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	36	100,7	3,23	1,17	20,68	1
Соль	5					1
<b>Полдник</b>						
Кефир	120	67,2	3,48	3,84	4,8	2
Батон	20	69,69	1,99	0,8	13,7	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>						
Рыба под омлетом	100	163	17,85	8,58	3,89	
Салат из свеклы и зеленого горошка	100	103	2	6,8	8,4	59
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Батон	20	69,69	1,99	0,8	13,7	1
<b>Итого день</b>	<b>2069</b>	<b>2608,48</b>	<b>87,26</b>	<b>92,27</b>	<b>361,67</b>	

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

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Качур Е.Н.)



**Меню на 18.01.2024 (Ясли)**

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	150	176,23	4,14	4,74	29,27	
Каша гречневая с растительным маслом и сахаром	130					
Батон с маслом	28	73,27	2,16	0,84	14,01	1
<b>Завтрак 2</b>						
Салат из тертой моркови с сахаром	80	54,72	0,46	4,03	4,15	1
<b>Обед</b>						
Рассольник со сметаной на мясокостном бульоне	180	356,4	10,26	21,24	29,56	1
Котлета мясная	60	133,26	14,58	8,67		289
Капуста тушеная	170	135,64	4,45	5,49	20,59	3
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	
Хлеб	36	100,7	3,23	1,17	20,68	1
Соль	5					1
<b>Полдник</b>						
Кефир	100	56	2,9	3,2	4	2
Батон	20	69,69	1,99	0,8	13,7	1
Компот из сухофруктов	150					
Яблоко	100	44,74	0,41	0,41	9,96	6
<b>Ужин 1</b>						
Рыба под омлетом	100	163	17,85	8,58	3,89	
Салат из свеклы и зеленого горошка	100	103	2	6,8	8,4	59
Кофейный напиток	150	176,23	4,14	4,74	29,27	
Рыба отварная	50					
Батон	20	69,69	1,99	0,8	13,7	1
<b>Итого день</b>	<b>1629</b>	<b>2250,87</b>	<b>82,69</b>	<b>87,37</b>	<b>287,98</b>	

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

Повар: *Душина С.М.* (Душина С.М.)