

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Качур Е.Н.)



Меню на 22.01.2024 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки	Жиры	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша гречневая с маслом и сахаром	110	142,29	4,82	4,08	21,36	3
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Сухарик	20	84	3,16	2,88	11	
Завтрак 2						
Яблоко	100	44,74	0,41	0,41	9,96	6
Обед						
Борщ вегитарианский со сметаной	200					1
Бефстроганов из печени	70	109,08	9,05	7,25	1,92	1
Макароны отварные со сливочным маслом	135	205,63	5,25	7,27	28,03	2
Огурец соленый	40					
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	40	111,89	3,59	1,3	22,98	1
Соль	4					1
Каша гречневая с маслом	100	127,62	4,04	3,41	18	3
Полдник						
Бифидок	100	57,25	2,74	3,11	4,58	5
Батон	22	76,66	2,19	0,88	15,07	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Яйцо вареное	40	29,39	2,49	2,18	0,14	1
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	22	76,66	2,19	0,88	15,07	1
Каша гречневая с растительным маслом	110					1
Итого день	1893	1996,27	53,9	51,83	326,02	

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

Повар: *Душина* (Душина С.М.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Жанур Е.Н.)



Меню на 22.01.2024 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша гречневая с маслом и сахаром	110	142,29	4,82	4,08	21,36	3
Кофейный напиток	150	176,23	4,14	4,74	29,27	
Сухарик	20	84	3,16	2,88	11	
Завтрак 2						
Яблоко	100	44,74	0,41	0,41	9,96	6
Обед						
Борщ вегитарианский со сметаной	180					1
Бефстроганов из печени	70	109,08	9,05	7,25	1,92	1
Макароны отварные со сливочным маслом	135	205,63	5,25	7,27	28,03	2
Каша гречневая с маслом	110					
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	
Хлеб	35	97,9	3,14	1,14	20,11	1
Соль	4					1
Полдник						
Бифидок	100	57,25	2,74	3,11	4,58	5
Компот из сухофруктов	150					
Батон	22	76,66	2,19	0,88	15,07	1
Ужин 1						
Яйцо вареное	40	29,39	2,49	2,18	0,14	1
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	
Каша гречневая с растительным маслом	110					
Батон	22	76,66	2,19	0,88	15,07	1
Итого день	1388	1547,84	46,56	46,36	235,55	

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