

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Качур Е.Н.)

31.01.2024

Меню на 31.01.2024 (Сад)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
<b>Завтрак 1</b>						
Яйцо вареное	40	29,39	2,49	2,18	0,14	1
Икра кабачковая	36	25,06	0,33	1,69	2,13	1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Батон с маслом	27	70,65	2,08	0,81	13,51	1
Каша пшенная с растительным маслом и сахаром	130					1
<b>Завтрак 2</b>						
Сок	158	72,68	0,79	0,16	15,96	1
<b>Обед</b>						
Рассольник на мясном бульоне	200	396	11,4	23,6	32,84	1
Гуляш мясной	75	147,49	16,87	7,37	4,25	7
Каша пшеничная с маслом	120	57,92	0,65	2,13	9,05	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	26	72,73	2,33	0,85	14,93	1
Каша пшенная с маслом	120	57,92	0,65	2,14	9,05	1
Соль	4					1
<b>Полдник</b>						
Кефир	105	58,8	3,05	3,36	4,2	2
Батон	19	66,21	1,89	0,76	13,01	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
<b>Ужин 1</b>						
Картофель тушеный	140					1
Салат из лука	30	15,54	0,11	1,51	0,45	1
Кофейный напиток с молоком	180	87,34	2,45	2,79	12,92	
Батон	19	66,21	1,89	0,76	13,01	1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
<b>Итого день</b>	<b>2149</b>	<b>2052</b>	<b>58,94</b>	<b>61,49</b>	<b>314,97</b>	

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

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Качур Е.Н.)



Меню на 31.01.2024 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
<b>Завтрак 1</b>						
Яйцо вареное	40	29,39	2,49	2,18	0,14	1
Икра кабачковая	36	25,06	0,33	1,69	2,13	1
Кофейный напиток	150	176,23	4,14	4,74	29,27	
Каша пшенная с растительным маслом и сахаром	130					
Батон с маслом	26	68,03	2	0,78	13,01	1
<b>Завтрак 2</b>						
Сок	115	52,9	0,57	0,12	11,62	1
<b>Обед</b>						
Рассольник на мясном бульоне	180	356,4	10,26	21,24	29,56	1
Гуляш мясной	60	117,99	13,5	5,9	3,4	7
Каша пшеничная с маслом	120	57,92	0,65	2,13	9,05	1
Компот из сухофруктов	150	168,78	0,84		41,37	
Хлеб	26	72,73	2,33	0,85	14,93	1
Каша пшенная с маслом	130					
Соль	3					1
<b>Полдник</b>						
Кефир	105	58,8	3,05	3,36	4,2	2
Компот из сухофруктов	150					
Батон	19	66,21	1,89	0,76	13,01	1
<b>Ужин 1</b>						
Картофель тушеный	130					1
Салат из лука	20	10,36	0,07	1,01	0,3	1
Кофейный напиток	150	72,78	2,04	2,32	10,77	
Батон	19	66,21	1,89	0,76	13,01	1
<b>Итого день</b>	<b>1349</b>	<b>1399,79</b>	<b>46,05</b>	<b>47,84</b>	<b>195,77</b>	

Исполнитель: Старшая медсестра

(Кулабухова О.В.)

Повар: *ak* (Душина С.М.)