

УТВЕРЖДАЮ
заведующий _____ (Попова Ю. Ф.)

02.12.2024
Меню на 02.12.2024 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн. ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Макароны отварные с маслом, сахаром	160	128	3,5	3,2	0,7	58
Кофейный напиток	200	91	5,1	6,4	13,4	118
Печенье	25					111
Итого за завтрак 1	385	219	8,6	9,6	14,1	
Завтрак 2						
Сок	150	57	1,02		13,64	109
Итого за завтрак 2	150	57	1,02		13,64	
Обед						
Лук репчатый	10	5,49	0,07	0,5	0,17	122
Суп гороховый на м/б	200	148,26	5,84	4,66	16,8	151
Запеканка из печени и риса	166	155	8,14	12,7	4,13	3
Салат из квашеной капусты и лука	54	28,78	0,35	2,18	2,3	124
Компот из сухофруктов	200	107,7	0,54		27,86	103
Хлеб	50	111,25	3,6	0,5	22,59	183
Итого за обед	680	556,48	18,44	20,54	73,85	
Полдник						
Молоко кипяченое	185	96,18	4,62	5,22	8,76	102
Булка	30	85,18	2,4	0,84	16,62	180
Итого за полдник	215	181,36	7,02	6,06	25,38	
Ужин 1						
Яйцо вареное	1	0,88	0,05	0,06	0,03	88
Икра кабачковая	70	23	0,31	1,31	2,33	138
Чай	200	60,16	0,12		1,8	121
Булка	30	85,18	2,4	0,84	16,62	180
Итого за ужин 1	301	169,22	2,89	2,21	20,78	
Рекомендованный ужин 2						
Итого день	1731	1183,06	37,96	38,41	147,75	

Исполнитель: _____ (Городова И. Б.)
Шеф-повар: _____ (Немазанникова Ю. А.)