

заведующий

УТВЕРЖДАЮ

(Дюлина Ю. Ф.)

27.11.2024

Меню на 27.11.2024 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Пудинг творожный	123	125,52	6,92	13	17,4	90
Соус сметанный	30	48,6	0,78	4,5	1,08	140
Какао на молоке	200	91	5,1	6,4	13,4	118
Бутерброд с маслом, сыром	45	155,75	5,79	7,32	16,78	182
Итого за завтрак 1	398	420,87	18,59	31,22	48,66	
Завтрак 2						
Яблоко	130	48,1	0,26	0,39	10,4	179
Итого за завтрак 2	130	48,1	0,26	0,39	10,4	
Обед						
Лук репчатый	10	5,49	0,07	0,5	0,17	122
Суп кудрявый на м/б	200	148,26	5,84	4,66	16,8	157
Капуста тушеная с мясом	243	269	19,7	15	13,65	31
Компот из сухофруктов	200	107,7	0,54		27,86	103
Хлеб	48	106,8	3,36	0,48	21,69	183
Итого за обед	701	637,25	29,51	20,64	80,17	
Полдник						
Кефир	155	82,15	4,49	3,87	6,2	98
Булка	30	85,18	2,4	0,84	16,62	180
Итого за полдник	185	167,33	6,89	4,71	22,82	
Ужин 1						
Каша гречневая молочная	200	360	12,88	13	40,7	53
Чай	200	60,16	0,12		1,8	121
Булка	30	85,18	2,4	0,84	16,62	180
Итого за ужин 1	430	505,34	15,4	13,84	59,12	
Рекомендованный ужин 2						
Итого день	1844	1778,89	70,65	70,8	221,17	

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