

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Качур Е.Н.)

13.10.2025

Меню на 13.10.2025 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша гречневая с маслом и сахаром	130	168,17	5,69	4,82	25,23	3
Чай с сахаром	180	85,18	20,74	5,29	22,48	5
Печенье	38	44,65	1,94	1,08	6,27	
Каша гречневая с растительным маслом и сахаром	130					1
Завтрак 2						
Яблоко	92	41,16	0,38	0,38	9,16	
Сок	117	53,82	0,58	0,12	11,82	1
Обед						
Борщ вегетарианский со сметаной	200	82	2	3,6	10,6	
Бефстроганов из печени	100	155,83	12,93	10,36	2,74	
Макароны отварные со сливочным маслом	130	198	5,06	7	26,99	2
Помидор свежий	67					1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	5
Хлеб	39	109,09	3,5	1,27	22,4	1
Батон	21	73,17	2,1	0,84	14,39	1
Соль	6					1
Борщ вегетарианский	200	82	2	3,6	10,6	
Полдник						
Кефир	125	70	3,63	4	5	2
Булочка "Домашняя"	80	203,16	3,89	6,3	32,76	
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Запеканка творожная со сметаной	100	203	14,47	8,86	14,43	
Молоко	150	185,54	8,39	10,47	13,47	1
Каша гречневая с растительным маслом и сахаром	130					1
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	
Итого день	2575	2207,19	100,84	70,92	340,11	

Исполнитель: Старшая медсестра

Повар: (Кулабухова О.В.)

(Душина С.М.)