

# Меню на 22.06.2023

Утверждаю  
Директор Выхрянова Людмила Александровна

**Краевой центр семьи и детей**

**МЕНЮ**  
22 июня 2023 г.  
День:  
Дети 3-7, 15 стол

**Завтрак**

Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1 какао с молоком 23	200	2,8	2,24	11,07	74
2 пудинг из творога с молоком сгущенным 23	180	45,52	20,56	59,16	627
3 хлеб пшеничный 23	20	3,41	0,55	17,81	90,03
<b>Итого</b>		<b>51,73</b>	<b>23,35</b>	<b>88,04</b>	<b>791,03</b>

**Второй завтрак**

Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1 сок 23	100	1	0,2	20,2	75
<b>Итого</b>		<b>1,00</b>	<b>0,20</b>	<b>20,20</b>	<b>75,00</b>

**Обед**

Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1 капуста тушенная с птицей 23	150	26,56	19,26	8,25	328,74
2 горошек с яйцом и луком 23	60	6,17	12,78	5,92	164
3 напиток витаминизированный(180 гр.)23.	180			16,56	66,6
4 суп с крупой и рыбными консервами 23	180	6,7	5,79	24,21	152
5 хлеб пшеничный 23	20	3,41	0,55	17,81	90,03
6 хлеб ржано-пшеничный 23	30	4,48	0,96	39,52	160
<b>Итого</b>		<b>47,32</b>	<b>39,34</b>	<b>112,27</b>	<b>961,37</b>

**Полдник**

Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1 крендель сахарный 23	80	3,88	5,36	21	138,22
2 молоко кипяченое 23	180	6	6,4	9,4	120
3 фрукты 23	90	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>		<b>10,28</b>	<b>12,16</b>	<b>40,20</b>	<b>305,22</b>

**Ужин**

Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1 азу 23	150	13,5	13,95	42,01	338,25
2 салат из отварной моркови 23	60	1,27	3,1	6,27	59
3 хлеб пшеничный 23	20	3,41	0,55	17,81	90,03
4 хлеб ржано-пшеничный 23	20	4,48	0,96	39,52	160
5 чай с лимоном 23	200	0,06	0,01	7,34	33
<b>Итого</b>		<b>9,22</b>	<b>4,62</b>	<b>70,94</b>	<b>342,03</b>

**Второй ужин**

Название блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Эн/ц (ккал)
1 батон 23	20	5,35	0,6	35,6	169,5
2 Кисломолочный продукт 23	150	5,23	4,5	7,2	95,4
<b>Итого</b>		<b>10,58</b>	<b>5,10</b>	<b>42,80</b>	<b>264,90</b>

<b>Итого за день</b>		<b>130,13</b>	<b>84,77</b>	<b>374,45</b>	<b>2 739,55</b>
----------------------	--	---------------	--------------	---------------	-----------------

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ подпись \_\_\_\_\_ ФИО Устинова Татьяна Владимировна

\_\_\_\_\_ подпись \_\_\_\_\_ ФИО

\_\_\_\_\_ подпись \_\_\_\_\_ ФИО

\_\_\_\_\_ подпись \_\_\_\_\_ ФИО

