

Заведующий д/с «Колокольчик»

Утверждаю:

Е.А.Поршнева

## Меню 16 день четверг

8 декабря 2022 года

|                | Наименование<br>блюда                     | Выход<br>д в гр. | Пищевые вещества |     |      | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | №<br>рецепту<br>ры       |
|----------------|-------------------------------------------|------------------|------------------|-----|------|--------------------------------------|--------------------------|
|                |                                           |                  | Б                | Ж   | У    |                                      |                          |
| Завтрак        | Суп молочный с макаронными изделиями      | 200              | 5,7              | 5,9 | 19,0 | 152                                  | №165-2013, Пермь         |
|                | Бутерброд с маслом                        | 20/10            | 1,8              | 7,1 | 9,9  | 111                                  | №1-2004                  |
|                | Чай с лимоном                             | 180              | 0,1              | 0,0 | 10,5 | 42                                   | №686-2004                |
|                | Хлеб пшеничный                            | 25               | 0,5              | 0,3 | 11,0 | 48                                   |                          |
| Второй завтрак | сок                                       | 130              | 0,5              | 0,2 | 21,8 | 91                                   |                          |
| обед           | Винегрет овощной                          | 60               | 1,2              | 4,0 | 5,7  | 64                                   |                          |
|                | Суп-пюре из капусты с мясом               | 180/20           | 6,7              | 6,6 | 6,4  | 112                                  | №1.35-1995, Екатеринбург |
|                | Гуляш                                     | 70               | 10,2             | 9,3 | 2,1  | 133                                  | №437-2004                |
|                | Каша гречневая рассыпчатая                | 130              | 4,1              | 4,4 | 32,1 | 184                                  | №237-2013, Пермь         |
|                | Компот из смеси сухофруктов               | 180              | 0,3              | 0,0 | 15,2 | 62                                   | №508-2013, Пермь         |
|                | Хлеб пшеничный                            | 20               | 0,4              | 0,2 | 8,8  | 39                                   |                          |
|                | Хлеб ржаной                               | 40               | 0,9              | 0,5 | 15,1 | 69                                   |                          |
| Полдник        | Запеканка из творога со сгущенным молоком | 180              | 12,7             | 9,2 | 15,9 | 197                                  | №313-2013, Пермь         |
|                | Кисломолочный напиток                     | 180              | 3,2              | 4,5 | 6,9  | 81                                   | №698-2004                |