

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ N 33 (Афтенюк Н.Н.)

13.06.2024

Меню на 13.06.2024

Наименование блюда	Выход	Белки,	Жиры,	Углево-	Эн/ц,
	Сад	г	г	ды, г	ккал
Завтрак 1					
Пудинг из творога (запеченый).	95	15,14	10,76	24,33	255
Соус сметанный сладкий.	42	2,26	3,21	4,27	75,45
Печенье	40	2,92	6,12	27,24	173,84
Напиток кофейный с молоком.	200	2,85	2,41	14,36	91
Чай с сахаром (диета).	200	0,06	0,02	9,99	40
Завтрак 2					
Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66
Обед					
Помидор свежий	30	1,1	0,2	3,8	22
Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне.	200	7,27	1,96	5,09	41
Плов из птицы.	160	21,47	19,69	35,69	406
Хлеб	25	1,75	0,25	11,3	55,63
Компот из свежих плодов.	200	0,08	0,08	11,94	48,8
Соль	4	0	0	0	0
Полдник					
Бифидум	150	4,35	3,75	6	75
Хлеб пшеничный.	35	2,31	0,42	11,69	82,6
Рекомендованный ужин					
Каша овсяная жидкая с сахаром и маслом.	200	1,89	2,74	11,98	80
Каша овсяная вязкая с сахаром и маслом.(диета)	155	1,89	2,74	11,98	80
Чай с сахаром .	200	0,06	0,02	9,99	40

Исполнитель: Мед.сестра Кургу ()