

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ

05.07.2024

Меню на 05.07.2024 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Молочная вермишель	200	199,99	50,61	48,04	97,89	21
Каша пшенная сладкая (диета)	140		12,88	19,6	72,8	1
Хлеб пшеничный	40	118,8	3,36	1,14	23,18	1
Масло сливочное	7	52,36	0,04	5,78	0,06	1
Кофейный напиток с молоком	200	137,54	14,67		78,88	5
Чай с сахаром (диета)	180	46,79			11,71	1
Итого за завтрак 1	767	555,48	81,56	74,56	284,51	
Завтрак 2						
Обед						
Суп пшенный на м/б	200	68,31	2,32	2,46	9,19	19
Котлета домашняя	80	32,79	12,36	14,99	4,02	23
Овощное рагу	150	153,27	8,8	9,85	2,6	20
Компот из сухофруктов	180	80,35	0,23		19,9	2
Хлеб ржаной	40	85,12	2,13	0,47	19,02	2
Соль	4					
Итого за обед	654	419,85	25,84	27,77	54,73	
Полдник						
Кисель из сока	180	98,57	2,06		14,74	1
Хлеб пшеничный	50	148,5	4,2	1,43	28,97	1
Итого за полдник	230	247,07	6,26	1,43	43,71	
Ужин 1						
Сырники	150	285,1	18,42	17,24	12,99	5
Соус сладкий сметанно- молочный	50	38,73	1,73	1,18	5,33	
Яйцо куриное диетическое вареное	40	62,8	5,1	4,6	0,3	3
Чай с сахаром	180	57,73			14,44	1
Итого за ужин 1	420	444,36	25,26	23,02	33,06	

Исполнитель: старшая медсестра _____
Шеф-повар: _____