

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

10.06.2024

Меню на 10.06.2024

Наименование блюда	Выход	Белки,	Жиры,	Углево	Эн/ц,
	Сад	г	г	ды, г	ккал
<b>Завтрак 1</b>					
Каша гречневая рассыпчатая с маслом.	90	8,86	5,98	39,81	248
Икра кабачковая	65	0,48	1,89	3,08	31
Печенье	40	2,92	6,12	27,24	173,84
Чай с сахаром .	200	0,06	0,02	9,99	40
<b>Завтрак 2</b>					
Сок	143	0,71	0	14,44	61,01
<b>Обед</b>					
Салат из белокочанной капусты.	60	1,4	5,07	9,01	87,4
Суп картофельный с горохом лущеным.	200	2,19	2,1	6,52	53,9
Гуляш из печени	100	12,73	7,13	4,69	106
Макаронные изделия отварные с маслом .	110	5,68	4,36	27,25	171
Хлеб	40	2,8	0,4	18,08	89
Компот из сушеных фруктов.	200	0,22	0,01	13,8	56,5
Соль	4	0	0	0	0
<b>Полдник</b>					
Кефир	140	4,06	3,5	5,6	70
Пирожок печеный из дрожжевого теста с повидлом .	100	8	3,24	77,28	372
<b>Рекомендованный ужин</b>					
Каша пшенная жидкая с сахаром и маслом.	200	4,59	4,9	31,26	187
Каша пшенная вязкая с маслом и сахаром (диета).	155	4,14	4,71	23,67	154,02
Хлеб пшеничный.	40	2,64	0,48	13,36	94,4
Напиток кофейный с молоком.	200	2,85	2,41	14,36	91
Чай с сахаром (диета).	200	0,06	0,02	9,99	40

Исполнитель: Мед.сестра Куз ()