

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ

15.07.2024

Меню на 15.07.2024 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн. ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Яйцо куриное диетическое вареное вкрутую	40	62,8	5,1	4,6	0,3	3
Икра кабачковая для детского питания	80	95,2	1,52	7,12	6,16	2
Печенье	35	184,33	4,67	2,33	32,2	3
Чай	200	64,15			16,04	1
Итого за завтрак 1	355	406,48	11,29	14,05	54,7	
Завтрак 2						
Сок фруктовый	170	78,2	0,85	0,17	17,17	3
Итого за завтрак 2	170	78,2	0,85	0,17	17,17	
Обед						
Суп пшенный картофельный	200	68,31	2,32	2,46	9,19	19
Запеканка из печени и риса	100	124	18,58	11,15	14,07	13
Салат из огурцов и капусты	100					7
Салат из огурцов и капусты	50	106,4	2,66	0,59	23,78	2
Хлеб ржаной	180	80,35	0,23		19,9	2
Компот из сухофруктов	4					
Соль	634	379,06	23,79	14,2	66,94	
Итого за обед						
Полдник						
Кефир	180	90	5,04	4,49	7,2	2
Пирожок с повидлом	80	118,44	4,96	9,17	22,91	6
Итого за полдник	260	208,44	10	13,66	30,11	
Ужин 1						
Каша пшеничная молочная	200	183,25	51,26	46	98,98	24
Каша пшеничная с сахаром	120	454,44	10,68	10,71	78,9	28
Хлеб пшеничный	50	148,5	4,2	1,43	28,97	1
Хлеб пшеничный	200	137,55	14,67		78,88	5
Кофейный напиток с молоком	180	51,51			12,88	8
Кофейный напиток	750	975,25	80,81	58,14	298,61	
Итого за ужин 1						
Рекомендованный ужин 2						
Итого день	2169	2047,43	126,74	100,22	467,53	

Исполнитель: старшая медсестра _____
Шеф-повар: _____