

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ № 33 (Афтенюк Н.Н.)

16.07.2024

Меню на 16.07.2024



Наименование блюда	Выход	Белки,	Жиры,	Углево	Эн/ц,
	Сад	г	г	ды, г	ккал
Завтрак 1					
Каша манная жидкая с сахаром и маслом .	200	1,59	2	13,19	76,5
Каша гречневая рассыпчатая с маслом (диета).	155	8,86	5,98	39,81	248
Бутерброд с маслом	35	2,76	8,49	16,45	153
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					
Напиток витаминный	200	0	0	7	4
Обед					
Икра морковная.	84	2,19	4,59	10,87	93,7
Суп картофельный с гречкой на мясном бульоне.	200	0	0	0	0
Биточки рубленные из свинины.	70	6,26	19,3	8,97	132
Рис отварной.	89	2,43	3,58	24,45	139,8
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
Полдник					
Бифидум	127	3,68	3,17	5,08	63,5
Хлеб пшеничный.	30	1,98	0,36	10,02	70,8
Рекомендованный ужин					
Помидор свежий	16	1,1	0,2	3,8	22
Рыба, припущенная с овощами.	80	4,59	0,61	1,89	31
Пюре картофельное .	120	2,04	0,33	13,62	140,01
Картофель отварной (диета).	110	2,05	3,96	16,12	108
Хлеб	24	1,68	0,24	10,85	53,4
Чай с сахаром .	200	0,06	0,02	9,99	40

Исполнитель: Мед.сестра  ()