

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

19.06.2024

Меню на 19.06.2024

Наименование блюда	Выход	Белки,	Жиры,	Углево	Эн/ц,
	Сад	г	г	ды, г	ккал
Завтрак 1					
Пудинг из творога (запеченый).	100	15,14	10,76	24,33	255
Соус сметанный сладкий.	42	2,26	3,21	4,27	75,45
Бутерброд с маслом	45	2,76	8,49	16,45	153
Какао с молоком.	200	3,67	3,19	15,82	107
Чай с сахаром (диета).	200	0,06	0,02	9,99	40
Завтрак 2					
Яблоко	135	0,54	0,54	13,23	59,4
Обед					
Помидор свежий	33	1,1	0,2	3,8	22
Борщ с картофелем на мясном бульоне.	200	0,81	2	5,64	43,9
Гуляш из отварного мяса.	83	15,42	12,41	12,41	189
Каша гречневая рассыпчатая с маслом.	89	8,86	5,98	39,81	248
Хлеб	50	3,5	0,5	22,6	111,25
Компот из сушеных фруктов.	200	0,22	0,01	13,8	56,5
Соль	4	0	0	0	0
Полдник					
Бифидум	150	4,35	3,75	6	75
Хлеб пшеничный.	40	2,64	0,48	13,36	94,4
Рекомендованный ужин					
Каша рисовая жидкая с сахаром и маслом.	200	1,09	1,95	13,73	77
Каша рисовая вязкая с сахаром (диета).	155	2,28	0,33	28,91	128
Чай с сахаром .	200	0,06	0,02	9,99	40

Исполнитель: Мед.сестра Кургу ()