

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

19.07.2024

Меню на 19.07.2024

Наименование блюда	Выход	Белки,	Жиры,	Углево	Эн/ц,
	Сад	г	г	ды, г	ккал
Завтрак 1					
Суп молочный с макаронными изделиями.	200	2,87	2,6	9,41	72,6
Каша пшенная вязкая с маслом (диета).	155	4,14	4,71	23,67	154,02
Бутерброд с маслом	40	2,57	7,9	15,3	142,33
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					
Напиток витаминный	200	0	0	7	4
Обед					
Суп картофельный с рисом на мясном бульоне.	200	0,8	1,09	5,8	36,3
Котлета рубленая из говядины.	70	8,93	6,74	8,97	132
Мясо отварное(диета) .	55	16,81	2,26	0,3	89
Рагу овощное .	120	3,76	5,1	14,65	122,2
Хлеб	35	2,45	0,35	15,82	77,88
Сок	200	1	0	20,2	85,33
Соль	4	0	0	0	0
Полдник					
Кисель из сухофруктов.	200	0,3	0,01	24,4	96,8
Хлеб пшеничный.	39	2,57	0,47	13,03	92,04
Рекомендованный ужин					
Сырники из творога.	90	18,69	12,67	11,4	234
Яйцо вареное (диета)	40	0	0	0	0
Соус сметанный сладкий.	41	2,26	3,21	4,27	75,45
Чай с сахаром .	200	0,06	0,02	9,99	40

Исполнитель: Мед.сестра Кузнецова ()