

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

20.06.2024

Меню на 20.06.2024

Наименование блюда	Выход	Белки,	Жиры,	Углево-	Эн/ц,
	Сад	г	г	ды, г	ккал
Завтрак 1					
Омлет натуральный .	80	5,29	10,19	1,02	117,23
Салат из горошка зеленого консервированного.	58	1,76	2,2	6,9	54,7
Яйцо вареное (диета)	40	0	0	0	0
Бутерброд с маслом	51	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					
Сок	154	0,77	0	15,55	65,71
Обед					
Салат из капусты белокачанной и огурцов.	75	1,27	7,08	3,81	8,41
Суп лапша на курином бульоне	200	3,48	0,54	14,52	85,64
Картофель тушеный с курицей.	170	14,04	12,73	14,77	238,1
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.	46	3,04	0,55	15,36	108,56
Рекомендованный ужин					
Суп молочный с гречневой крупой.	200	2,98	2,73	8,54	71,1
Каша гречневая рассыпчатая с маслом (диета).	155	8,86	5,98	39,81	248
Чай с сахаром .	200	0,06	0,02	9,99	40

Исполнитель: Мед.сестра _____ ()