

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

27.06.2024

Меню на 27.06.2024

Наименование блюда	Выход	Белки,	Жиры,	Углево	Эн/ц,
	Сад	г	г	ды, г	ккал
Завтрак 1					
Омлет натуральный .	72	4,3	8,28	0,83	95,25
Яйцо вареное (диета)	40	0	0	0	0
Салат из горошка зеленого консервированного.	55	1,76	2,2	6,9	54,7
Бутерброд с маслом	47	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	175	0,88	0	17,67	74,67
Обед					
Икра морковная.	70	2,19	4,59	10,87	93,7
Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне.	200	0,69	1,95	3,39	33,9
Биточки рубленные из говядины.	68	6,26	19,3	8,97	132
Каша гречневая рассыпчатая с маслом.	89	8,86	5,98	39,81	248
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					
Кефир	153	4,44	3,83	6,12	76,5
Хлеб пшеничный.	42	2,77	0,5	14,03	99,12
Рекомендованный ужин					
Каша пшенная жидкая с сахаром и маслом.	200	4,59	4,9	31,26	187
Каша пшенная вязкая с маслом (диета).	155	4,14	4,71	23,67	154,02
Чай с сахаром .	200	0,06	0,02	9,99	40

Исполнитель: Мед.сестра Куриц ()