

Заведующий МБДОУ (Курганова Е.Н.)

20.02.2025

Меню на 20.02.2025 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценност ь (ккал.)	Белки, г	Жиры , г	Углеводы , г	№ рецептур ы
Завтрак 1						
Каша гречневая молочная жидкая	200	179,56	51,45	46,35	97,08	7
Хлеб пшеничный	30	89,1	2,52	0,86	17,38	1
Кофейный напиток с молоком	180	123,79	13,2		70,99	5
Масло сливочное	7	52,36	0,04	5,78	0,06	1
Итого за завтрак 1	417	444,81	67,21	52,99	185,52	
Завтрак 2						
Напиток витаминизированный	160					13
Итого за завтрак 2	160					
Обед						
Суп вермишелевый на курин. б-не	200	120	3,94	5,08	14,98	11
Суфле из отварной курицы	80	166,06	15,31	14,83	4,84	12
Капуста тушеная	180	107,83	2,88	6,82	8,29	21
Хлеб ржаной	40	85,12	2,13	0,47	19,02	2
Компот из сухофруктов	180	80,35	0,23		19,9	2
Соль	4					
Итого за обед	684	559,37	24,49	27,2	67,03	
Полдник						
Сок фруктовый	180	82,8	0,9	0,18	18,18	3
Пряник	35	117,6	3,12		25,55	4
Итого за полдник	215	200,4	4,02	0,18	43,73	
Ужин 1						
Биточки рыбные	80	99,4	10,66	4,42	4,09	13
Пюре картофельное	150	145,33	8,62	10,32	30,37	4
Хлеб пшеничный	30	89,1	2,52	0,86	17,38	1
Чай	180	57,73			14,44	1
Итого за ужин 1	440	391,56	21,8	15,6	66,28	
Рекомендованный ужин 2						
Итого день	1916	1596,14	117,52	95,96	362,56	

Исполнитель: старшая медсестра (Полозова О.В.)

Шеф-повар: (Орленко В.М.)