УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ _____(Курганова Е.Н.)

21.02.2025

Меню на 21.02.2025 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Омлет натуральный	80	112,33	14,23	15,16	13,95	2
Икра кабачковая для детского питания	60	71,4	1,14	5,34	4,62	2
Хлеб пшеничный	30	89,1	2,52	0,86	17,38	1
Масло сливочное	8	59,84	0,05	6,61	0,07	1
Какао на молоке	180	132,6	47,56	42,32	89,08	4
Итого за завтрак 1	358	465,27	65,49	70,29	125,09	
Завтрак 2						
Яблоко	180	81,25	0,74	0,74	18,09	7
Итого за завтрак 2	180	81,25	0,74	0,74	18,09	
Обед						
Суп гречневый на м/б	200	71,53	2,11	1,46	12,34	9
Гуляш из мяса	100	177,93	12,64	13,52	1,42	16
Пюре картофельное	150	145,33	8,62	10,32	30,37	4
Помидор соленый	40					1
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	714	560,26	25,73	25,77	83,06	
Полдник						
Сырники со сметаной	150	285,1	18,42	17,24	12,99	5
Кефир	150	75	4,2	3,74	6	2
Итого за полдник	300	360,1	22,62	20,98	18,99	
Ужин 1						
Каша пшеничная молочная	200	183,25	51,26	46	98,98	24
Хлеб пшеничный	30	89,1	2,52	0,86	17,38	1
Чай	180	57,73			14,44	1
Итого за ужин 1	410	330,08	53,78	46,85	130,8	
Рекомендованный ужин 2						
Итого день	1962	1796,97	168,36	164,63	376,03	

Исполнитель: старшая медсестра_____(Полозова О.В.)

Шеф-повар: _____(Орленко В.М.)