

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ (Курганова Е.Н.)
 22.05.2025
 Меню на 22.05.2025 (Сад)

Блюдо	Выход , г	Эн.ценност ь (ккал.)	Белки , г	Жиры , г	Углевод ы, г	№ рецептур ы
Завтрак 1						
Молочная вермишель	200	199,99	50,61	48,04	97,89	21
Хлеб пшеничный	40	118,8	3,36	1,14	23,18	1
Масло сливочное	8	59,84	0,05	6,61	0,07	1
Кофейный напиток с молоком	200	137,55	14,67		78,88	5
Итого за завтрак 1	448	516,18	68,68	55,79	200,01	
Завтрак 2						
Напиток витаминизированный	160					13
Итого за завтрак 2	160					
Обед						
Суп манный на курин. б-не с гренками	200					17
Курица отварная	70	161,46	15,46	9,87		11
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	3					
Итого за обед	673	434,76	20,7	17,16	47,22	
Полдник						
Кефир	150	75	4,2	3,74	6	2
Хлеб пшеничный	40	118,8	3,36	1,14	23,18	1
Итого за полдник	190	193,8	7,56	4,89	29,18	
Ужин 1						
Яйцо куриное диетическое вареное вкрутую	40	62,8	5,1	4,6	0,3	3
Суфле из рыбы	90	87,61	4,87	7,89	6,86	25
Пюре картофельное	130	125,95	7,47	8,94	26,32	4
Хлеб пшеничный	30	89,1	2,52	0,86	17,38	1
Чай	180	57,73			14,44	1
Итого за ужин 1	470	423,2	19,96	22,29	65,3	
Рекомендованный ужин 2						
Итого день	1941	1567,93	116,9 1	100,1 3	341,7	

Исполнитель: старшая
 медсестра _____ (Полозова О.В.)
 Шеф-повар: _____ (Чижденко Л.В.)