

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ (Курганова Е.Н.)
26.05.2025

Меню на 26.05.2025 (Сад)



Блюдо	Выход , г	Эн.ценност ь (ккал.)	Белки , г	Жиры, г	Углевод ы, г	№ рецептур ы
Завтрак 1						
Яйцо куриное диетическое вареное вкрутую	40	62,8	5,1	4,6	0,3	3
Икра кабачковая для детского питания	60	71,4	1,14	5,34	4,62	2
Печенье	35	184,33	4,67	2,33	32,2	3
Масло сливочное	8	59,84	0,05	6,61	0,07	1
Чай	200	64,15			16,04	1
Итого за завтрак 1	343	442,52	10,95	18,88	53,23	
Завтрак 2						
Яблоко	120	54,17	0,49	0,49	12,06	7
Итого за завтрак 2	120	54,17	0,49	0,49	12,06	
Обед						
Суп гороховый	200	394,98	15,68	17,38	43,78	1
Суфле из печени	70	106,75	11,23	8,17	7,08	8
Каша гречневая рассыпчатая	100	129,29	3,9	4,82	17,61	8
Огурец свежий	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	3					
Итого за обед	633	796,49	33,17	30,84	107,39	
Полдник						
Кефир	150	75	4,2	3,74	6	2
Плюшка	70	95,75	5,27	9,86	16,4	10
Итого за полдник	220	170,75	9,47	13,6	22,4	
Ужин 1						
Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая	200	199,94	50,76	48,44	97,33	9
Хлеб пшеничный	40	118,8	3,36	1,14	23,18	1
Кофейный напиток с молоком	200	137,55	14,67		78,88	5
Итого за ужин 1	440	456,29	68,79	49,59	199,38	
Рекомендованный ужин 2						
Итого день	1756	1920,22	122,8 7	113,4	394,47	

Исполнитель: старшая
медсестра _____ (Полозова О.В.)

Шеф-повар:
_____ (Чижденко Л.В.)