УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ (Курганова Е.Н.)
26.09.2024

Меню на 26.09.2024 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептур
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
Масло сливочное	8	59,84	0,05	6,61	0,07	1
Кофейный напиток с молоком	180	123,79	13,2		70,99	5
Итого за завтрак 1	418	452,29	67,22	53,81	185,52	
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 вермишелевый на кур.б-не	200	120	3,94	5,08	14,98	11
Суфле из отварной курицы	60	116,73	10,28	10,06	2,93	14
Пюре картофельное	150	145,33	8,62	10,32	30,37	4
Салат витаминный с растительным маслом	80	80,72	0,91	5,73	6,29	3
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	628,25	26,12	31,65	93,48	
Полдник						
Бифидум кефир	130	48,75	2,73	2,43	3,9	6
Булочка домашняя	70	69,2	5,75	8,49	14,22	5
Итого за полдник	200	117,95	8,48	10,93	18,12	
Ужин 1						
Суфле из рыбы	100	97,35	5,41	8,77	7,62	25
Рагу овощное	150	99,44	11,24	11,28	27,21	5
Хлеб пшеничный	30	89,1	2,52	0,86	17,38	1
Чай	180	57,73			14,44	1
Итого за ужин 1	460	343,62	19,17	20,9	66,65	
Рекомендованный ужин 2						
Итого день	1972	1623,36	121,73	118,03	381,87	

Исполнитель: старшая медсестра_____(Полозова О.В.)

Шеф-повар: _____(Орленко В.М.)