

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ (Курганова Е.Н.)
02.04.2025

Меню на 02.04.2025 (Сад)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Творожная запеканка со сметаной	140	280,78	22,86	14,8	24,73	3
Хлеб пшеничный	30	89,19	2,52	0,86	17,4	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
Яблоко	180	81,25	0,74	0,74	18,09	7
Итого за завтрак 1	538	643,66	73,72	65,33	149,37	
Завтрак 2						
Сок фруктовый	180	82,8	0,9	0,18	18,18	3
Итого за завтрак 2	180	82,8	0,9	0,18	18,18	
Обед						
Свекольник на м/ б со сметаной	200	72	2,1	3,78	5,33	64
Плов со свининой	180	292,18	9,45	12,67	24,01	46
Огурец соленый	40					1
Кисель из сухофруктов	200	109,52	2,29		16,38	1
Хлеб ржаной	40	85,12	2,13	0,47	19,02	2
Соль	3					
Итого за обед	663	558,82	15,97	16,92	64,75	
Полдник						
Кефир	150	75	4,2	3,74	6	2
Булочка домашняя	90	88,97	7,39	10,92	18,28	5
Итого за полдник	240	163,97	11,59	14,66	24,28	
Ужин 1						
Каша пшенная молочная жидкая	200	184,68	51,3	46,54	98,63	10
Хлеб пшеничный	40	118,92	3,36	1,15	23,2	1
Чай	180	57,73			14,44	1
Итого за ужин 1	420	361,33	54,66	47,69	136,27	
Рекомендованный ужин 2						
Итого день	2041	1810,58	156,84	144,79	392,86	

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