

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ (Курганова

Е.Н.)
02.06.2025

Меню на 02.06.2025 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Яйцо куриное диетическое вареное вкрутую	40	62,8	5,1	4,6	0,3	3
Икра кабачковая для детского	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						
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						
Борщ со свежей капустой	200	94,31	2,11	3,8	12,76	16
Печ,ночные оладья	70					18
Макароны отварные	120	477,6	11,36	15,81	72,35	2
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	613	737,38	15,83	20,08	124,03	
Полдник						
Бифидум кефир	150	56,25	3,15	2,81	4,5	6
Пирожок с повидлом	70	103,64	4,34	8,03	20,04	6
Итого за полдник	220	159,89	7,49	10,84	24,54	
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	180	123,79	13,2		70,99	5
Итого за ужин 1	420	442,54	67,32	49,59	191,5	
Рекомендованный ужин 2						
Итого день	1776	1865,12	102,49	99,56	411,48	

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