



Заведующий МБДОУ (Курганова Е.Н.)

06.02.2025

### Меню на 06.02.2025 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
<b>Завтрак 1</b>						
Каша гречневая молочная жидкая	200	179,56	51,45	46,35	97,08	7
Хлеб пшеничный	40	118,8	3,36	1,14	23,18	1
Кофейный напиток с молоком	180	123,79	13,2		70,99	5
Масло сливочное	7	52,36	0,04	5,78	0,06	1
<b>Итого за завтрак 1</b>	<b>427</b>	<b>474,51</b>	<b>68,05</b>	<b>53,27</b>	<b>191,31</b>	
<b>Завтрак 2</b>						
Напиток витаминизированный	150					13
<b>Итого за завтрак 2</b>	<b>150</b>					
<b>Обед</b>						
Суп вермишелевый на курин. б-не	200	120	3,94	5,08	14,98	11
Суфле из отварной курицы	80	166,06	15,31	14,83	4,84	12
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	4					
<b>Итого за обед</b>	<b>684</b>	<b>559,37</b>	<b>24,49</b>	<b>27,2</b>	<b>67,03</b>	
<b>Полдник</b>						
Сок фруктовый	180	82,8	0,9	0,18	18,18	3
Вафли	25	88,5	0,65	0,83	19,25	2
<b>Итого за полдник</b>	<b>205</b>	<b>171,3</b>	<b>1,55</b>	<b>1,01</b>	<b>37,43</b>	
<b>Ужин 1</b>						
Яйцо куриное диетическое вареное вкрутую	40	62,8	5,1	4,6	0,3	3
Пюре картофельное	150	145,33	8,62	10,32	30,37	4
Огурец соленый	30					1
Хлеб пшеничный	30	89,1	2,52	0,86	17,38	1
Чай	180	57,73			14,44	1
<b>Итого за ужин 1</b>	<b>430</b>	<b>354,96</b>	<b>16,24</b>	<b>15,77</b>	<b>62,49</b>	
<b>Рекомендованный ужин 2</b>						
<b>Итого день</b>	<b>1896</b>	<b>1560,14</b>	<b>110,34</b>	<b>97,26</b>	<b>358,26</b>	

Исполнитель: старшая медсестра \_\_\_\_\_ (Полозова О.В.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Орленко В.М.)