УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ _____(Курганова Е.Н.)
07.04.2025

Меню на 07.04.2025 (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	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	180	57,73			14,44	1
Итого за завтрак 1	323	436,11	10,95	18,88	51,62	
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 гороховый	200	394,98	15,68	17,38	43,78	1
Суфле из печени	80	122	12,83	9,33	8,1	8
Каша гречневая рассыпчатая	150	193,94	5,85	7,23	26,41	8
Салат из отварной свеклы	100	103,4	1,67	7,09	8,49	8
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	753	979,79	38,39	41,51	125,7	
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
Каша рисовая вязкая	140	530,74	8,81	14,09	92,21	26
Хлеб пшеничный	40	118,8	3,36	1,14	23,18	1
Кофейный напиток с молоком	180	123,79	13,2		70,99	5
Чай	180	57,73			14,44	1
Итого за ужин 1	740	1031,01	76,13	63,68	298,14	
Рекомендованный ужин 2						
Итого день	2216	2698,9	135,68	138,41	515,96	

Исполнитель: старшая медсестра_____(Полозова О.В.)