

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ (Курганова
Е.Н.)
08.04.2025

Меню на 08.04.2025 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	№ рецептуры
Завтрак 1						
Каша манная молочная	200	196,98	6,03	6,43	30,76	23
Каша пшенная сладкая	120		11,04	16,8	62,4	1
Хлеб пшеничный	30	89,1	2,52	0,86	17,38	1
Масло сливочное	7	52,36	0,04	5,78	0,06	1
Сыр порционный Голландский	15	52,8	3,9	4,02		1
Кофейный напиток с молоком	180	123,79	13,2		70,99	5
Чай	180	57,73			14,44	1
Итого за завтрак 1	732	572,76	36,73	33,89	196,03	
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						
Суп рассольник на м/к б-не со сметаной	200	202,12	7,98	8,02	24,17	1
Жаркое по-домашнему	180	231,13	10,86	12,47	18,82	41
Огурец соленый	40					1
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	643	598,72	21,2	20,96	81,91	
Полдник						
Кефир	150	75	4,2	3,74	6	2
Хлеб пшеничный	40	118,8	3,36	1,14	23,18	1
Итого за полдник	190	193,8	7,56	4,89	29,18	
Ужин 1						
Тефтели рыбные	80	55,56	0,93	3,82	4,36	13
Салат овощной	150	137,26	2,41	7,78	12,6	1
Хлеб пшеничный	30	89,1	2,52	0,86	17,38	1
Чай	180	57,73			14,44	1
Итого за ужин 1	440	339,65	5,86	12,46	48,78	
Рекомендованный ужин 2						
Итого день	2185	1787,74	72,26	72,38	374,07	

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