

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (М.И. Плыгунова)
 04.02.2025
 МАДОУ
 д/с № 69
 ОГРН 1023163671949

Меню на 04.02.2025 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Омлет натуральный	150	182,48	11,48	13,24	4,69
Кофейный напиток с молоком	200	176,22	5,6	6,38	25,28
Бутерброд с маслом	45				
Каша гречн..с мас. раст.	140				
Чай с сахаром	200	49,28	12	3,06	13
Завтрак 2					
Яблоко	158				
Обед					
Капуста квашеная	60	62,53	3,59	4,02	1,07
Суп рисовый на мясном. бульоне	200	180	8,16	7,58	16,7
Пюре картофельное	160	85,24	2,26	3,24	5,54
Котлета из говядины	62	171,32	14,25	9,44	6,11
Суп рис. с маслом раст.	200	180	8,16	7,58	16,7
Картофель тушеный с говяд.отв.	200	241,09	10,51	10,74	19,19
Хлеб ржаной	50	106,24	2,66	0,58	23,74
Компот из сухофруктов	200	107,44	1,04		26,96
Полдник					
Кефир	159	84,9	4,22	4,82	6,18
Булка	30	81,51	2,63	0,97	16,75
Ужин 1					
фрикадельки из рыбы в томатном соусе	100	116,66	11,63	4,46	8,03
Каша пшеничная с маслом	135	91,27	4,55	5,82	14,2
Булка	30	81,51	2,63	0,97	16,75
Каша пшен.с масл. рас.и рыбой отв.	180	186,65	5,53	8,71	21,51
Чай с сахаром	200	49,28	12	3,06	13
Рекомендованный ужин 2					

Исполнитель: ст.медсестра В.Н.Костенко (В.Н.Костенко)
 Шеф-повар: _____ ()