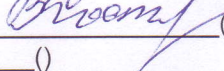


УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (И.И. Плыгунова)
 20.02.2025

Меню на 20.02.2025 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки	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	35				
Каша греч. с маслом раст. вязкая	140				
Чай с сахаром	200	49,28	12	3,06	13
Завтрак 2					
Сок фруктовый	180	82,7	0,9	0,18	18,16
Пряники	45	190,96	3,5	7,17	28,06
Обед					
Салат из свеклы с растит.маслом	70	136,02	3,73	9,73	8,49
Щи из капусты свежей	200	56	1,6	2	5
Тефтели мясные под томат. соусом	160	411,09	9,68	33,33	17,94
Суп с пшен. и рас.масл.	200	180	8,16	7,58	16,7
Каша рис. с раст.масл. и мясом отв.	180	289,02	9,16	7,72	44
Хлеб ржаной	43	91,37	2,29	0,5	20,42
Компот из яблок	200	62,78	0,05		15,89
Полдник					
Кефир	142	75,83	3,77	4,3	5,52
Булочка домашняя	100	305,85	7,86	10,16	41,1
Ужин 1					
Рагу овощное	160	127,72	3,79	5,14	14,61
Котлета рыбная	72	95,23	15,58	2,17	4,16
Рагу овощное с масл.раст.и рыбой отв.	180	269,38	17,89	13,4	17,67
Булка	30	81,51	2,63	0,97	16,75
Чай с сахаром	200	49,28	12	3,06	13
Рекомендованный ужин 2					

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