

УТВЕРЖДАЮ *А.Н. Рыжикова*
 Заведующий *Рыжикова* (И.И. Плыгунова)
 02.07.2025
 Ц/с № 69

Меню на 02.07.2025 (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	35				
Каша пшен. с масл. рас.	135	139,99	4,15	6,53	16,13
Чай с сахаром	200	49,28	12	3,06	13
Завтрак 2					
Напиток витаминизированный ВИТОШКА	180	58,79			16,61
Обед					
Огурец свежий	22				
Свекольник с яйцом	200	83,33	1,54	5,7	8,04
Котлета из свинины	62	171,32	14,25	9,44	6,11
Каша гречневая с маслом сл. вязкая	140	245,45	7,77	6,55	37,36
Суп картоф. с мас. раст	200	176,76	5,18	8,58	15,04
Каша гречн. с мас. раст. и мясом отв.	180				
Хлеб ржаной	45	95,62	2,39	0,52	21,37
Компот из сухофруктов	200	107,44	1,04		26,96
Полдник					
Кефир	102	54,47	2,71	3,09	3,96
Булка	30	81,51	2,63	0,97	16,75
Ужин 1					
Морковь тертая с сахаром	65				
запеканка творожная со сметаной	160	303,73	20,21	14,08	21,89
Каша рис. с раст.масл.	135	216,77	6,87	5,79	33
Кисель из сухофруктов	200				
Рекомендованный ужин 2					

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