

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (И.И. Плыгунова)

Меню на 10.06.2025 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Свекла отварная	90				
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 гречн..с мас. раст.	140				
Чай с сахаром	200	49,28	12	3,06	13
Завтрак 2					
Сок фруктовый	164	75,35	0,82	0,16	16,55
Печенье	35	184,32	4,67	2,33	32,2
Обед					
Огурец свежий	36				
Суп рисовый с масл.сл.	200	180	8,16	7,58	16,7
Пюре картофельное	100	53,28	1,41	2,03	3,46
Котлета из свинины	62	171,32	14,25	9,44	6,11
Суп рис. с маслом раст.	200	180	8,16	7,58	16,7
Картофель тушеный со свин. отв.	160	192,87	8,41	8,59	15,35
Хлеб ржаной	42	89,24	2,23	0,49	19,94
Компот из сухофруктов	200	107,44	1,04		26,96
Полдник					
Кефир	143	76,36	3,8	4,33	5,55
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 пшенная с маслом слив.	135	162,37	4,98	7,1	19,49
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: _____()