

10

Заведующий

УТВЕРЖДАЮ

(И.И. Грыгунова)

03.07.2025

д/с № 69

Меню на 03.07.2025 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Суп молочный вермишелевый	200	172	6,6	7	20,8
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					
Сок фруктовый	180	82,7	0,9	0,18	18,16
Обед					
Огурец свежий	21				
Борщ с капуст. св.и свеклой	200	64,98	3,08	1,74	5,42
Плов со свининой	180	283,86	9,19	12,32	23,34
Суп гречн. с мас. раст.	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	44	93,49	2,34	0,51	20,89
Компот из сухофруктов	200	107,44	1,04		26,96
Полдник					
Кефир	127	67,81	3,37	3,85	4,93
Ватрушка с сыром	135	382,84	13,96	14,52	44,13
Ужин 1					
Рагу овощное с масл.сл.	160	235,2	16,16	11,2	11,2
Котлета рыбная	72	95,23	15,58	2,17	4,16
Картоф. тушен. с мас. раст.и рыбой отв.	200	241,29	10,53	10,75	19,21
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 (В.Н.Костенко)

Шеф-повар: ()