

Заведующий

И.И. Плыгунова

08.07.2025
МАДОУ
д/с № 69

Меню на 08.07.2025 (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 и сыром	47				
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					
Помидор свежий	26				
Свекольник на мясном бульоне с яйцом	200	83,33	1,54	5,7	8,04
Фрикадельки мясные	72	149,63	12,98	10,66	0,5
Пюре картофельное	160	85,24	2,26	3,24	5,54
Суп рис. с маслом раст.на мясн.бул.	200	180	8,16	7,58	16,7
Картофель тушеный с гов. отв.	200	241,09	10,51	10,74	19,19
Хлеб ржаной	45	95,62	2,4	0,52	21,37
Компот из сухофруктов	200	107,44	1,04		26,96
Полдник					
Кефир	138	73,69	3,67	4,18	5,36
Булка	30	81,51	2,63	0,97	16,75
Ужин 1					
Биточки рыбные	72	79,64	8	3,52	4,05
Каша пшеничная с маслом	130	87,89	4,38	5,6	13,67
Булка	30	81,51	2,63	0,97	16,75
Каша гречн..с мас. раст. и рыбой отв.	180				
Чай с сахаром	200	49,28	12	3,06	13
Рекомендованный ужин 2					

Исполнитель: ст.медсестра (В.Н.Костенко)

Шеф-повар: ()