

Меню на 15.07.2025 (Сад)

Заведующий

д/с № 69

Полное наименование (И.И. Плыгунова)

15.07.2025

Блюдо	Выход, г	Энергетическая ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Каша гречневая .с маслом сл и яйцом	160	280,5	8,88	7,49	42,7
Каша гречн..с мас. раст. и яйцом	160				
Пряники	57	241,88	4,43	9,08	35,54
Чай с сахаром	200	49,28	12	3,06	13
Завтрак 2					
Напиток витаминизированный ВИТОШКА	180	58,79			16,61
Обед					
Огурец свежий	22				
Суп- пюре гороховый .	200	118	4,8	3,4	17,2
Макароны отварные с маслом	135	205,52	6,18	6,77	32,41
Печень тушенная с овощами	100	218,16	22,23	13,12	5,53
Суп рис. с маслом раст.	200	180	8,16	7,58	16,7
Картофель тушенный с печн. отв.	200	241,09	10,51	10,74	19,19
Хлеб ржаной	44	93,49	2,34	0,51	20,89
Компот из сухофруктов	200	107,44	1,04		26,96
Полдник					
Кефир	141	75,29	3,74	4,27	5,48
Булка	30	81,51	2,63	0,97	16,75
Ужин 1					
Каша пшеничная молочная	200	136,3	6,8	8,7	21,2
Кофейный напиток с молоком	200	176,22	5,6	6,38	25,28
Каша пшен. с масл. рас.	135	139,99	4,15	6,53	16,13
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: ()