

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (И.И. Плыгунова)
30.07.2025

Меню на 30.07.2025 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Каша геркулесовая молочная	200	198,56	7,44	8,57	37,64
Кофейный напиток с молоком	200	176,22	5,6	6,38	25,28
Бутерброд с маслом	35				
Каша греч. с маслом раст. вязкая	140				
Чай с сахаром	200	49,28	12	3,06	13
Завтрак 2					
Обед					
Огурец свежий	21				
Щи из капусты свежей на мясном бул.	200	56	1,6	2	5
Котлета из свинины	62	171,32	14,25	9,44	6,11
Каша пшенная с маслом слив.	135	162,37	4,98	7,1	19,49
Суп из овощей на мяс. бул.с масл. раст.	200				
Каша пшен. с масл. рас. и мясом отв.	180	186,65	5,53	8,71	21,51
Хлеб ржаной	45	95,62	2,39	0,52	21,37
Компот из сухофруктов	200	107,44	1,04		26,96
Полдник					
Кефир	142	75,83	3,77	4,3	5,52
Ватрушка с сыром	135	387,46	14,13	14,7	44,66
Ужин 1					
Пудинг творожный со сметаной	160	306,77	20,41	14,22	22,11
Каша рис. с раст.масл.	135	216,77	6,87	5,79	33
Чай с сахаром	200	49,28	12	3,06	13
Рекомендованный ужин 2					

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