

Заведующий МДОУ - д/с №89 (Качалова Т.В.)

10.07.2025

Меню на 10.07.2025 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Энергетическая ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Молочная пшенная каша	200	140	1,56	5,16	21,86
Булка	30				
Масло сливочное	10	80,74	0,04	8,62	0,04
Чай с сахаром	200	49,28	12	3,06	13
яблоко	107				
Завтрак 2					
Сок фруктовый.	155	70,53	0,66		17,97
Обед					
Суп вермишелевый на к/б (куры)	200	171	7,75	7,2	15,87
Жаркое по-домашнему с мясом (кур)	170	198,65	8,66	8,85	15,81
Салат из св. помидор и св.огурцов с раст.маслом	80	124,8	0,72	12,64	2,08
Хлеб ржаной	50				
Компот из сухофруктов	171	91,86	0,89		23,05
Полдник					
Кефир	170				
Булка	30	132,24	4,68	4,77	17,64
Ужин					
Творожные сырники (запеченные в духовом шкафу)	120	334,15	26,08	9,73	17,41
сметана 15% жирности	30	22,68	1,2	9,53	5,76
Чай с сахаром	200	49,28	12	3,06	13

Исполнитель: Диетсестра (Романова Л.В.)

Шеф-повар: (Кузубова Е.В.)