

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МДОУ - д/с №89

(Качалова Т.В.)

11.07.2025

Меню на 11.07.2025 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Энергетическая ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Каша гречневая молочная жидкая	200	222,38	6,98	10,42	25
Булка	34				
Масло сливочное	10	73,4	0,04	7,84	0,04
Чай с сахаром	200	49,28	12	3,06	13
Завтрак 2					
яблоко	94				
Обед					
суп овощной на м/б полевой	200				
Рагу овощное	100	117,16	3,4	4,38	20,14
Мясная котлета (свинина)	60	264,7	19,15	14,07	8,21
Хлеб ржаной	25				
Булка	30				
Компот из сухофруктов	200	96,16	0,93		24,13
Полдник					
Сок фруктовый.	160	72,8	0,68		18,55
Вафли	40	207,2	1,6	11,89	24,4
Ужин					
Картофельное пюре	130	176,57	3,81	6,01	25,62
Рыба - филе (запеч. в дух шкафу)	50	85,09	11,82	4,15	0,77
Свежий помидор	30				
Хлеб ржаной	25				
Кофейный напиток (без молока)	200	177,08	4,6	6,06	26,61

Исполнитель: Диетсестра _____ (Романова Л.В.)

Шеф-повар: _____ (Кузубова Е.В.)