

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МДОУ - д/с N89 _____ (Качалова Т.В.)

16.07.2025

Меню на 16.07.2025 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Энергетическая ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Каша геркулесовая молочная	150	149,07	5,58	6,43	28,26
Булка	20				
Масло сливочное	5	36,7	0,02	3,92	0,02
Чай с сахаром	150	36,96	9	2,3	9,75
яблоко	60				
Завтрак 2					
Сок фруктовый.	150	68,25	0,64		17,39
Обед					
Суп с манной крупой на к/б	150	132,26	3,76	9,58	7,68
Рис отварной с маслом	90	108	2,16	3,51	17,01
куриная котлета (паровая)	50	192,07	13,45	11,66	4,64
Хлеб ржаной	20				
Булка	20				
Салат из св. помидор и св.огурцов с раст.маслом	50	78	0,45	7,9	1,3
Компот из свеж.яблок	150	52,03	5,82	5,82	13,4
Полдник					
Кефир	150				
Булка	20				
Ужин					
Вареники ленивые отварные с маслом	100	222	20,24	10,4	18,3
сметана 15% жирности	20	16,8	0,89	7,06	4,27
Какао с молоком	150	143,7	4,88	5,26	18,43

Исполнитель: Диетсестра _____ (Романова Л.В.)

Шеф-повар: _____ (Кузубова Е.В.)