

Заведующий МДОУ - д/с N89

УТВЕРЖДАЮ

(Качалова Т.В.)

17.07.2025

Меню на 17.07.2025 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценност ь (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г
Завтрак 1					
Творожная запеканка (запеченный в духовом шкафу)	140	222,51	5,47	5,87	35,76
Молочный соус (с добавлением крахмала)	50	82,5	1,6	6,85	3,65
Каша гречневая рассыпчатая с сахаром (диета)	120	171,6	3,61	5,28	21
Булка	40				
Масло сливочное	10	73,4	0,04	7,84	0,04
Чай с сахаром	200	49,28	12	3,06	13
Завтрак 2					
Сок фруктовый.	150	68,25	0,64		17,39
Обед					
Свекольник на м/ бульоне со сметаной	200	172,26	5,96	7,15	20,86
Картофельное пюре	130	180,74	3,9	6,15	26,23
Картофель отварной (диета)	120	115,23	2,23	4,35	11,97
Рыбные тефтели в розовом соусе (паровые)	60	151,11	9,14	10,02	4,91
Салат из белокочанной капусты с луком с растительным маслом	80	69,13	1,19	5,68	3,2
Хлеб ржаной	50				
Компот из сухофруктов	200	107,44	1,04		26,96
Полдник					
Кефир	180				
сухарики с сахаром	30	10050	327	33	2112
Чай с сахаром (диета)	200	49,28	12	3,06	13
Ужин					
Каша пшеничная молочная	200	136,3	6,8	8,7	21,2
Каша пшенная с сахаром (диета)	120	236	4,68	7,3	23,3
Булка	30				
Чай с сахаром	200	49,28	12	3,06	13
яблоко	100				

Исполнитель: Диетсестра _____ (Романова Л.В.)

Шеф-повар: _____ (Кузубова Е.В.)