

Заведующий МДОУ - д/с №89

УТВЕРЖДАЮ

(Качалова Т.В.)

18.07.2025

Меню на 18.07.2025 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Энергетическая ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Омлет натуральный, запеченный в дух.шкафу	100	118	16,4	4,05	2,68
Свежий помидор	30				
Хлеб ржаной	20				
Булка	20				
Масло сливочное	5	36,7	0,02	3,92	0,02
Чай с сахаром	150	36,96	9	2,3	9,75
Завтрак 2					
яблоко	80				
Обед					
Суп картофельный на м/б с перловой крупой со сметаной	150	70,5	1,8	1,35	12,9
Вермишелевая запеканка (свинина) с мясом отварным со сметаной	120	258	12,6	12,48	23,88
Салат из св. помидор и св.огурцов с раст.маслом	50	78	0,45	7,9	1,3
Хлеб ржаной	20				
Булка	20				
Компот из сухофруктов	150	80,58	0,78		20,22
Полдник					
Сок фруктовый.	150	68,25	0,64		17,39
Вафли	30	155,4	1,2	8,92	18,3
Ужин					
Биточки рыбные (паровые)	50	125,92	7,61	8,35	4,09
Кабачки тушеные.	60	54,33	1,07	4,25	2,78
Хлеб ржаной	20				
Кофейный напиток (без молока)	150	132,81	3,45	4,55	19,96

Исполнитель: Диетсестра _____ (Романова Л.В.)

Шеф-повар: _____ (Кузубова Е.В.)