

УТВЕРЖДАЮ
 ющий МДОУ - д/с №89

28.07.2025

(Качалов)

Меню на 28.07.2025 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Энергетическая ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Макаронные изделия отварные со сливочным маслом	90	137,69	3,52	4,87	18,77
Яйцо куриное (сваренное вкрутую)	40	62,8	5,08	4,6	0,28
Свежий помидор	30				
Хлеб ржаной	20				
Печенье	20	81,9	1,41		22,2
Чай с сахаром	150	36,96	9	2,3	9,75
Завтрак 2					
Сок фруктовый.	150	68,25	0,64		17,39
Обед					
Суп - пюре гороховый	150				
Картофельное пюре	100	139,03	3	4,73	20,18
Печеночные оладьи (запеченные в дух. шкафу)	60	162,85	16,43	7,84	6,07
Свежие огурцы	30	6,3	0,6		1,5
Хлеб ржаной	20				
Компот из сухофруктов	150	80,58	0,78		20,22
Полдник					
Кефир	150				
Булочка "Дорожная"	60	183,51	4,72	6,1	24,66
Ужин					
Каша манная, молочная	150	162,17	3,19	4,78	22,8
Какао с молоком	150	143,7	4,88	5,26	18,43
Булка	20				
яблоко	60				

Исполнитель: Диетсестра _____ (Романова Л.В.)

Шеф-повар: _____ (Кузубова Е.В.)