

Заведующий МДОУ - д/с №89

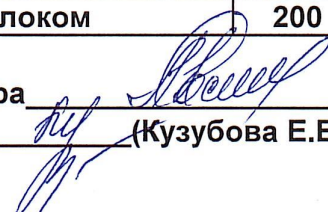
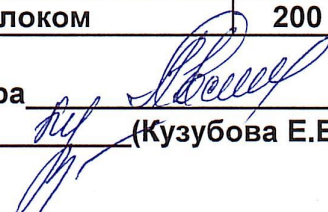
УТВЕРЖДАЮ

(Качалова Т.В.)

26.06.2025

Меню на 26.06.2025 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценнос ть (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г
Завтрак 1					
Молочная пшенная каша	200	142,1	1,58	5,24	22,19
Каша пшенная с сахаром (диета)	130				
Булка	30				
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.	160	73,71	0,69		18,78
Обед					
Суп вермишелевый на к/б (куры)	200	180	8,16	7,58	16,7
Суп овощной на к/б (диета)	200				
Жаркое по-домашнему с мясом (кур)	160	202,3	8,82	9,02	16,1
Картофель отварной с раст. маслом (диета)	110	90,02	2,37	3,41	5,84
мясо (кур) тушенное в собственном соку (диета)	60	130,44	13,28	7,84	3,31
Кабачки тушеные.	70	64,29	1,26	5,03	3,29
Хлеб ржаной	50				
Кисель из свежих яблок (с добавлением крахмала)	180	112,27	0,16	0,13	18,6
Компот из свеж.яблок (диета)	200	60,35	6,75	6,75	15,54
Полдник					
Кефир	170				
Пряник	40	166,14	3,04	6,24	24,41
Чай с сахаром (диета)	200	49,28	12	3,06	13
Ужин					
Творожные сырники (запеченные в духовом шкафу)	105	324,78	25,34	9,45	16,92
сметана 15% жирности	25	21,84	1,16	9,18	5,55
Кофейный напиток с молоком	200	191,63	6,5	7,02	24,59

Исполнитель: Диетсестра  (Романова Л.В.)Шеф-повар:  (Кузубова Е.В.)