

Заведующий МДОУ - д/с №89

УТВЕРЖДАЮ

(Качалова Т.В.)

14.05.2025

Меню на 14.05.2025 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценнос ть (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г
Завтрак 1					
Каша гречневая молочная жидкая	200	200,14	6,28	9,38	22,5
Каша гречневая рассыпчатая с сахаром (диета)	90	115,83	2,44	3,56	14,18
Булка	30				
Масло сливочное	10	73,4	0,04	7,84	0,04
Чай с сахаром	200	49,28	12	3,06	13
яблоко	80				
Завтрак 2					
Сок фруктовый.	155	70,53	0,66		17,97
Обед					
Суп перловый со сметаной на мк/б.	200	362,33	9,54	16,43	34,34
суп овощной на мк/бульоне (диета)	200				
вермишель отварная с маслом	120	183,6	4,69	6,49	25,03
Котлета мясная (свинина говядина)	55	241,08	17,44	12,82	7,48
Картофель отварной (диета)	100	89,3	1,73	3,37	9,27
Мясо тушеное (свинина) в собственном соку (диета)	65	152,32	5,98	12,72	2,72
Свекольный маринад	60				
Хлеб ржаной	45				
Компот из сухофруктов	200	79,51	0,77		19,95
Полдник					
Кефир	185				
Булка	30	154,28	5,46	5,57	20,58
Чай с сахаром (диета)	200	49,28	12	3,06	13
Ужин					
Пудинг творожный (запеченный в духовом шкафу)	140	258,61	26,75	12,92	17,83
Соус молочный (с добавлением крахмала)	50	85,8	1,66	7,12	3,8
Отварной рис с сахаром (диета)	115	157,02	3,89	4,16	27,22
Какао с молоком	200	174,36	5,91	6,39	22,37
Чай с сахаром (диета)	200	49,28	12	3,06	13

Исполнитель: Диетсестра _____ (Романова Л.В.)

Шеф-повар: _____ (Кузубова Е.В.)