УТВЕРЖДАЮ
ведующий МБДОУ N 33_____(Афтенюк Н.І
08.04.2025

Меню на 08.04.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли
Завтрак 1										
Каша манная жидкая с сахаром и маслом .	200	150	1,59	1,19	2	1,5	13,19	9,89	76,5	57,38
Бутерброд с сыром.	67		6,68		8,45		19,39		180	
Каша манная вязкая с сахаром(диета) .		150		1,59		2		13,19		76,5
Бутерброд с сыром.		60		6,68		8,45		19,39		180
Напиток кофейный с молоком.	200		2,85		2,41		14,36		91	
Напиток кофейный с молоком.		150		2,14		1,81		10,77		68,25
Чай с сахаром (диета).		150		0,04		0,01		7,49		30
Завтрак 2										
Напиток витаминный	200		0		0		7		4	
Сок		120		0,6		0		12,12		51,2
Яблоко	84	84	0,34	0,34	0,34	0,34	8,23	8,23	36,96	36,96
Обед										
Огурец соленый.	56	50	1,1	0,98	0,2	0,18	3,8	3,39	22	19,64
Суп рыбный.	300	150	5,16	2,58	5,04	2,52	8,6	4,3	100,35	50,18
Биточки рубленые из говядины.	80	80	6,26	6,26	19,3	19,3	8,97	8,97	132	132
Рис отварной.	100	100	2,43	2,43	3,58	3,58	24,45	24,45	139,8	139,8
Хлеб	42	30	2,94	2,1	0,42	0,3	18,98	13,56	93,45	66,75
Компот из сушеных фруктов.	200	150	0,22	0,16	0,01	0,01	13,8	10,35	56,5	42,37
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0
Полдник										
Кефир	170	150	4,93	4,35	4,25	3,75	6,8	6	85	75
Хлеб пшеничный.	40	30	2,64	1,98	0,48	0,36	13,36	10,02	94,4	70,8
Рекомендованный ужин										
Икра свекольная.	75	75	2,34	2,34	4,59	4,59	12,33	12,33	100	100
Суфле рыбное запеченое.	100	100	11,1	11,1	5,67	5,67	3	3	106,96	106,96
Хлеб	25	25	1,75	1,75	0,25	0,25	11,3	11,3	55,63	55,63
Чай с сахаром .	200	150	0,06	0,04	0,02	0,01	9,99	7,49	40	30

Исполнитель: Мед.сестра_____()