

УТВЕРЖДАЮ  
 И.о. заведующего МБДОУ №70 (Иванчик Л.Н.)  
 14.08.2024

Меню на 14.08.2024

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
<b>Завтрак 1</b>										
Каша манная молочная	160	180	6,83	7,68	8,81	9,91	26,21	29,49	202,92	228,31
Кофе с молоком	160	180	5,1	5,74	5,52	6,21	19,3	21,71	150,43	169,25
Булка	30	35	2,85	3,32	1,8	2,1	18,44	21,51	87,87	102,52
<b>Завтрак 2</b>										
Сок	157	177	0,68	0,77	0	0	18,15	20,46	79,08	89,16
<b>Обед</b>										
Огурец свежий	47	52	0,41	0,45	0	0	1,13	1,25	8,55	9,46
Суп крестьянский со сметаной на мяс/бульоне	160	180	4,59	5,16	3,61	4,06	11,22	12,62	86,09	96,86
Мясные биточки	78	98	14,6	18,35	17,87	22,45	2,33	2,93	223,66	281,01
Гороховое пюре	128	142	2,79	3,09	4	4,44	6,86	7,61	105,72	117,28
Компот из сухофруктов	160	180	0,82	0,92	0	0	21,36	24,03	85,08	95,72
Хлеб ржаной	40	45	2,38	2,68	0,4	0,45	17,62	19,83	75,14	84,54
<b>Полдник</b>										
Кефир	151	170	4,33	4,88	4,79	5,39	5,98	6,73	83,69	94,22
Сухарик с сахаром	40	40	3,98	3,98	0,8	0,8	31,23	31,23	132,27	132,27
<b>Ужин 1</b>										
Капуста тушеная	90	100	3,54	3,93	4,36	4,84	16,35	18,17	99,67	110,74
Биточки рыбные	98	98	24,82	24,82	0,88	0,88	6,34	6,34	123,21	123,21
Чай	160	180	9,5	10,69	2,42	2,72	10,28	11,57	39,01	43,89
Булка	30	35	2,85	3,32	1,8	2,1	18,44	21,51	87,87	102,52

Исполнитель: медсестра

(Лаврова И.В.)