

Меню на 09.01.2024 (Сад)

УТВЕРЖДАЮ
 заведующий (Никольская Т.В.)
 09.01.2024
 МКДОУ №67

Блюдо	Выход, г	Энергетическая ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	159	4,5	5,9	22
БАТОН	34,41	81,9	2,75	0,34	16,93
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	37,5	0,05	4,15	0,05
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	44,06	0,8	1	11,41
Завтрак 2					
СОК	200	86	1	0,2	19,8
На весь день					
Соль	5				
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	61	0,7	4	5,5
ЩИ	200	55,2	2,32	3,28	4,16
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	126,4	3,9	5,5	39,1
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	136	7,89	7,89	3,19
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	107,8	3,08	0,44	22,22
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	38,7			9,7
Полдник					
КЕФИР	198,92	61,61	5,96	0,2	7,95
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	250,49	4,59	8,62	38,82
Ужин 1					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	49,8	0,9	3,1	4,1
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	127,33	3,17	3,92	14,25
БАТОН	50	119	4	0,5	24,6
ЧАЙ С САХАРОМ	180	35,29			8,8
Рекомендованный ужин 2					

Исполнитель: ст. мед. сестра Ренжина М.Н. (Ренжина М.Н.)
 Шеф-повар: Силина Л.Н. (Силина Л.Н.)