

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ «Детский сад» № 4
Старостенко Т.И.

Меню приготавливаемых блюд на 21.07.25

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рец-ры
			Белки	Жиры	Углеводы		
I АВТРАК	каша геркулесовая	150	4,51	4,71	20,26	141,28	173
	на слив. масле	1200	6,02	6,28	27,02	188,38	
	булгур с сыром	50	4,41	7,84	13,5	129,7	3
	чай с лимоном	150	0,04	0,01	45,75	31,57	392
II АВТРАК	10г яблоко	20	—	—	—	—	—
ОБЕД	суп капустный на рыб. масле	180	1,8	2,01	12,24	74,34	98
		1200	2,0	2,23	13,6	82,6	
	котлетки куриные	60	8,94	9,42	6,06	147,72	294
	макарон. отварен.	120	3,07	0,43	12,17	82,68	204
		1150	3,84	0,54	15,22	103,35	
	том. соус	30	0,52	1,5	2,1	24,03	331
	салат из овощей с р. и ч. р. и	30	0,86	1,85	2,41	29,79	12
	каша из смеси суховар.	150	0,78	0,0	20,22	80,58	349
	клубнич. пир.	60	8,62	1,16	57,14	251,5	8/4
ПОЛДНИК	суп гречневый мясной	150	4,67	4,86	20,94	146	168
		1205	6,17	6,65	32,72	170	
	сметана	25	4,1	2,3	13,2	94	151
	овощ. пюре	150	0,1	—	14,9	58,8	63
Итого за весь день		1375	42,42	36,09	234,89	1289,99	
		1530	46,4	39,78	257,84	1390,02	