

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОУ
« Детский сад № 46 »
И. В. Ломакина



МЕНЮ

1 день/ понедельник

21 июля 2025г

Наименование блюда	Выход блюда		Энергетическая ценность (ккал)	
	1-3	3-7	1-3	3-7
Завтрак				
Каша овсяная из геркулеса жидкая	150	170	186,5	200,36
Чай с сахаром	170	200	23,88	60,44
Бутерброд с маслом	10/5	20/5	79,82	107,5
Итого за завтрак	335	395	290,2	368,3
2 й завтрак				
Сок	100	100	42,0	42,0
Итого 2 завтрак	100	100	42,0	42,0
Обед				
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	180	49,76	69,2
Макароны отварные с овощами	110	130	128,42	140,4
Печень говяжья по-строгановски	50	70	125,8	142,16
Соус сметанный	20	30	19,64	29,56
Компот из сухофруктов	150	180	77,58	89,55
Хлеб ржаной	40	50	63	85,03
Хлеб пшеничный	20	40	45,8	71,6
Итого за обед	540	680	510	627,5
Полдник				
Кисель	150	180	130,6	190,3
Булочка домашняя	50	70	185,45	212,05
Итого за полдник	200	250	316,05	402,35
Ужин				
Пудинг творожный запечённый	120	130	162,7	182,06
Какао с молоком	170	180	77,1	94,24
Фрукт яблоко	95	100	90	120
Батон	10	20	28	56
Итого за ужин	395	430	357,8	452,3
Выход за день	1570	1855	1516,05	1892,45

МЕДСЕСТРА
ПОВАР

РЕКОМЕНДАЦИИ: Кисель, рыба, кондитерское изделие.