

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ №62 Марьина О.М.

Меню на 24 июля 2025 года

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Энергетическая ценность ккал
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	ясли					
Каша гречневая вязкая молочная	150	3.5	3.6	15.9		112
Кофейный напиток на сгущенном молоке	180	3.65	4.52	14.75		52.75
Батон нарезной	20	1.6	0.58	11.76		60.36
Масло сливочное «Традиционное» 82.5%	6	1.5	2.5	12.1		78.4
Итого	356	10.25	11.2	54.51		361.02
Второй завтрак						
Напиток из плодов шиповника	100			4.9		63.0
Итого	100		-	4.9		63.0
Обед						
Свекла тушеная	15			0.36		1.6
Суп крестьянский на м/б (говядина)	150	24.25	4.8	10.29		117.5
Бефстроганов из печени	40	9.35	10.02	18.38		120.9
Рис отварной	100	7.99	7.96	19.97		73.0
Компот из сухофруктов	150			10.6		175.4
Хлеб ржано пшеничный	25	1.075	0.57	14.7		69.65
Итого	480	20.84	23.35	74.3		558.05
Уплотненный полдник						
Вареники с картофелем со сливочным маслом	145/5	8.63	7.41	30.8		223.52
Чай с сахаром	180			6.65		26.29
Хлеб пшеничный	30	1.35	3.84	25.64		85.56
Итого	400	10.91	12.45	69.29		417.93
всего	1336	42.0	47.0	203.0		1400