

Ежедневное меню: 18.10.2024 года с 3 до 7 лет (соответствует второй неделе пятому дню 10-дневного меню на летне-осенний период)

МАДОУ «ЦРР – д/сад №108» (наименование ДОО)					18.10.2024 г. (дата)	
Прием пищи	Наименование блюда, состав	Выход, г.	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак	Омлет (молоко, масло сливочное, яйцо)	110	170,06	8,95	13,87	2,33
	Хлеб пшеничный с маслом (хлеб пшеничный, масло сливочное)	40/6	193	3,5	10,7	2,8
	Молоко кипяченое (молоко)	180	105,5	5,02	5,74	8,44
	Печенье (печенье)	30	141	6,15	3,45	19,8
	Салат из кукурузы консервированной (кукуруза консервированная)	30	8,4	3,6	0	0,6
Второй завтрак	Кефир (кефир)	150	105,49	5,03	5,74	7,36
Обед	Зеленый горошек отварной (горошек консервированный)	20	24	1,8	0,12	3,9
	Рассольник «Ленинградский» (картофель, лук, перловка, масло подсолнечное, морковь, огурцы консервированные, сметана, кура)	200	111,1	1,9	6,66	10,81
	Биточки из свинины (свинина, яйцо, лук, мука, масло подсолнечное)	70	149,3	8,54	9,5	7,3
	Картофель отварной в молоке (картофель, молоко, масло сливочное, соль)	150	182,46	2,89	4,23	16,17
	Компот из свежих фруктов (яблоко, сахар)	180	101,268	5,04	5,74	7,36
	Хлеб ржаной (хлеб ржаной)	50	50	2,87	0,05	22,25
Уплотненный полдник	Тефтели рыбные (минтай, молоко, яйцо, масло сливочное, масло подсолнечное)	70	85,32	5,1	3,85	6,4
	Винегрет овощной (картофель, капуста квашеная, лук, масло подсолнечное, морковь, свекла)	150	91,45	0,84	6,05	5,53
	Чай с молоком (чай, молоко, сахар)	200	78,52	2,51	2,29	11,94
	Фрукты (яблоко)	100	50	0,51	0	11,2
	Хлеб пшеничный (хлеб пшеничный)	40	90	7,71	1,6	31,9

Директор МАДОУ

И.В. Борисова