

Ежедневное меню: 01.07.2024 года с 3 до 7 лет (соответствует первой неделе первому дню 10-дневного меню на летне-осенний период)

| МАДОУ «ЦРР – д/сад №108» (наименование ДОО) | | | | | 01.07.2024 г. (дата) | |
|---|--|------------------|---------------------|--------------|--------------------------------|-----------------|
| Прием пищи | Наименование блюда, состав | Выход, г. | Калорийность | белки | жиры | углеводы |
| Завтрак | Каша гречневая вязкая (<i>крупа гречневая, масло сливочное</i>) | 200 | 36 | 1,13 | 0,96 | 5,48 |
| | Хлеб пшеничный с маслом (<i>хлеб пшеничный, масло сливочное</i>) | 40/6 | 193 | 3,5 | 10,7 | 2,8 |
| | Чай с лимоном (<i>чай, сахар, лимон</i>) | 180 | 55,4 | 0,06 | 0,009 | 13,77 |
| | Печенье (<i>печенье</i>) | 30 | 141 | 6,15 | 3,45 | 19,8 |
| Второй завтрак | Сок (<i>сок</i>) | 110 | 50,6 | 0,55 | 0,11 | 11,11 |
| Обед | Свекла отварная | 20 | 16 | 1,24 | 0,08 | 2,6 |
| | Суп картофельный с клецками (<i>картофель, морковь, лук, яйцо, мука, молоко, масло сливочное, кура</i>) | 200 | 154,9 | 17,61 | 5,48 | 5,36 |
| | Суфле из кур (<i>кура, яйцо, молоко, масло сливочное, масло подсолнечное</i>) | 70 | 321,2 | 24,72 | 25,22 | 1,5 |
| | Капуста тушеная (<i>капуста, морковь, мука, томат-паста, лук, масло сливочное, масло подсолнечное, соль</i>) | 130 | 130,74 | 3,93 | 4,84 | 20,17 |
| | Компот из ягод (<i>компотная смесь, сахар</i>) | 180 | 76,22 | 0,09 | 0 | 18,96 |
| | Хлеб ржаной (<i>хлеб ржаной</i>) | 50 | 50 | 2,87 | 0,05 | 22,25 |
| Уплотненный полдник | Котлета рыбная любительская (<i>минтай, мука, морковь, лук, яйцо, масло сливочное, масло подсолнечное</i>) | 70 | 83,93 | 10,36 | 1,93 | 6,79 |
| | Картофельное пюре (<i>картофель, молоко, масло сливочное</i>) | 150 | 160,45 | 3,19 | 6,06 | 23,29 |
| | Компот из свежих фруктов (<i>яблоко, сахар</i>) | 180 | 101,268 | 5,04 | 5,74 | 7,36 |
| | Хлеб пшеничный (<i>хлеб пшеничный</i>) | 40 | 90 | 7,71 | 1,6 | 31,9 |

Директор МАДОУ

И.В. Борисова