

Ежедневное меню: 07.10.2024 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)					07.10.2024 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/сухофруктов (<i>компотная смесь/сухофрукты, сахар</i>)	180	76,22/ 102,41	0,09/ 0,5	0	19/ 25,1
	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