

Ежедневное меню: 21.10.2024 года с 3 до 7 лет (соответствует первой неделе первому дню 10-дневного меню на летне-осенний период)

<b>МАДОУ «ЦРР – д/сад №108»</b> (наименование ДОО)					<b>21.10.2024 г.</b> (дата)	
<b>Прием пищи</b>	<b>Наименование блюда, состав</b>	<b>Выход, г.</b>	<b>Калорийность</b>	<b>белки</b>	<b>жиры</b>	<b>углеводы</b>
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