

Ежедневное меню: 13.08.2024 года с 3 до 7 лет (соответствует первой неделе второму дню 10-дневного меню на летне-осенний период)

МАДОУ «ЦРР – д/сад №108» (наименование ДОО)					13.08.2024 г. (дата)	
Прием пищи	Наименование блюда, состав	Выход, г.	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая (<i>крупа пшеничная (кукурузная), молоко, масло сливочное, сахар</i>)	200	210,13	5,12	6,62	32,61
	Хлеб пшеничный с маслом (<i>хлеб пшеничный, масло сливочное</i>)	40/6	193	3,5	10,7	2,8
	Молоко кипяченое (<i>молоко</i>)	180	105,5	5,02	5,74	8,44
	Морковь отварная долькой (<i>морковь</i>)	40	20,9	0,038	0	4,6
Второй завтрак	Сок (<i>сок</i>)	110	50,6	0,55	0,11	11,11
Обед	Огурец свежий долькой (<i>огурец</i>)	20	5,6	2,4	0	0,4
	Суп свекольный со сметаной (<i>свекла, картофель, морковь, лук, сметана, кура</i>)	200	140	2,31	7,7	15,4
	Плов из отварной куры (<i>крупа рисовая, кура, лук, масло сливочное, масло подсолнечное, морковь, соль</i>)	220	324,5	16,2	12,2	37,4
	Компот из свежих фруктов (<i>яблоко, сахар</i>)	180	101,268	5,04	5,74	7,36
	Хлеб ржаной (<i>хлеб ржаной</i>)	50	50	2,87	0,05	22,25
Уплотненный полдник	Запеканка творожная (<i>творог, крупа манная, сахар, сметана, яйцо, масло сливочное, масло подсолнечное</i>)	130	307,5	26,33	8,77	27,46
	Сгущённое молоко (<i>молоко сгущенное</i>)	20	166	3,2	8,4	113
	Фрукты (<i>яблоко</i>)	100	50	0,51	0	11,2
	Какао с молоком (<i>какао, сахар, молоко</i>)	180	195,71	4,85	5,04	32,73
	Шанежка наливная (<i>мука, сахар, яйцо, дрожжи, молоко, масло сливочное, масло подсолнечное</i>)	70	174,16	6	2,26	33,53
	Хлеб пшеничный (<i>хлеб пшеничный</i>)	40	90	7,71	1,6	31,9

Директор МАДОУ

И.В. Борисова