

Ежедневное меню: 22.10.2024 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)					22.10.2024 г. (дата)	
Прием пищи	Наименование блюда, состав	Выход, г.	Калорийность	белки	жиры	углевод ы
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая (крупя пшеничная (кукурузная), молоко, масло сливочное, сахар)	200	210,13	5,12	6,62	32,61
	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
	Морковь отварная долькой (морковь)	40	20,9	0,038	0	4,6
Второй завтрак	Сок (сок)	110	50,6	0,55	0,11	11,11
Обед	Салат из квашеной капусты с луком (капуста квашеная, лук, масло подсолнечное)	20	22,12	0,64	2	1,43
	Суп свекольный со сметаной (свекла, картофель, морковь, лук, сметана, кура)	200	140	2,31	7,7	15,4
	Плов из отварной куры (крупя рисовая, кура, лук, масло сливочное, масло подсолнечное, морковь, соль)	220	324,5	16,2	12,2	37,4
	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	Запеканка творожная (творог, крупя манная, сахар, сметана, яйцо, масло сливочное, масло подсолнечное)	130	307,5	26,33	8,77	27,46
	Сгущённое молоко (молоко сгущенное)	20	166	3,2	8,4	113
	Фрукты (яблоко)	100	50	0,51	0	11,2
	Какао с молоком (какао, сахар, молоко)	180	195,71	4,85	5,04	32,73
	Шанежка наливная (мука, сахар, яйцо, дрожжи, молоко, масло сливочное, масло подсолнечное)	70	174,16	6	2,26	33,53
	Хлеб пшеничный (хлеб пшеничный)	40	90	7,71	1,6	31,9

Директор МАДОУ

И.В. Борисова