

Ежедневное меню: 09.10.2024 года с 3 до 7 лет (соответствует первой неделе третьему дню 10-дневного меню на летне-осенний период)

МАДОУ «ЦРР – д/сад №108» (наименование ДОО)					09.10.2024 г. (дата)	
Прием пищи	Наименование блюда, состав	Выход, г.	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая (<i>каша пшённая, молоко, масло сливочное, сахар</i>)	200	231,16	8,04	9,27	37,29
	Хлеб пшеничный (<i>хлеб пшеничный</i>)	40	90	7,71	2,67	15,2
	Печенье (<i>печенье</i>)	30	141	6,15	3,45	19,8
	Кофейный напиток с молоком (<i>молоко, напиток кофейный, сахар</i>)	190	106,82	2,51	2,87	17,73
Второй завтрак	Сок (<i>сок</i>)	110	50,6	0,55	0,11	11,11
Обед	Салат из кукурузы консервированной (<i>кукуруза консервированная</i>)	20	5,6	2,4	0	0,4
	Суп картофельный с макаронами (<i>макаронные изделия, картофель, кура, морковь, масло подсолнечное</i>)	200	98,78	2,33	3,88	13,61
	Тефтели из свинины с рисом «Ёжики» (<i>Свинина, рис, лук, масло подсолнечное</i>)	70	138	6,5	9,52	6,7
	Картофельное пюре (<i>картофель, молоко, масло сливочное, соль</i>)	150	160,45	3,19	6,06	23,29
	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	Суфле рыбное (<i>минтай, яйцо, молоко, масло сливочное, масло подсолнечное</i>)	90	152	16	6,3	3,6
	Салат из свежей капусты с морковью (<i>капуста свежая, масло подсолнечное, морковь</i>)	130	52,92	0,84	3,1	5,2
	Чай с сахаром (<i>чай, сахар</i>)	200	102,41	0,5	0	25,1
	Хлеб пшеничный (<i>хлеб пшеничный</i>)	40	90	7,71	1,6	31,9
	Фрукты (<i>яблоко</i>)	100	50	0,51	0	11,2

Директор МАДОУ

И.В. Борисова