

Ежедневное меню: 20.06.2024 года с 3 до 7 лет (соответствует первой неделе четвертому дню 10-дневного меню на летне-осенний период)

МАДОУ «ЦРР – д/сад №108» (наименование ДОО)					20.06.2024 г. (дата)	
Прием пищи	Наименование блюда, состав	Выход, г.	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак	Пудинг творожный запечённый (<i>творог, крупа манная, масло сливочное, масло подсолнечное, сахар, сметана, яйцо</i>)	150	330,81	24,26	8,31	39,75
	Хлеб пшеничный с повидлом (<i>хлеб пшеничный, повидло яблочное</i>)	40/20	246,75	5,57	2,03	55,65
	Молоко кипяченое (<i>молоко</i>)	180	105,5	5,02	5,74	8,44
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
	Щи из квашенной/свежей капусты со сметаной (<i>капуста квашенная/свежая, картофель, морковь, лук, сметана, масло подсолнечное, кура</i>)	200	124,08	2,82	2,86	21,76
	Курица в соусе с томатом (<i>кура, лук, масло сливочное, масло подсолнечное, морковь, мука, томат-паста</i>)	95	242,68	18,22	18,22	0,97
	Макаронны отварные с маслом (<i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>)	150	211,095	5,52	5,295	35,32
	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	Котлета морковная (<i>морковь, крупа манная, яйцо, мука, масло сливочное, масло подсолнечное, сахар</i>)	150	301,34	9,09	13,79	32,02
	Соус молочный сладкий (<i>молоко, мука, масло сливочное, сахар</i>)	30	118	4	3	8
	Яйцо вареное (<i>яйцо</i>)	40	156	13	12	1
	Кефир (<i>кефир</i>)	180	101,26	5,04	5,74	7,36
	Фрукты (<i>яблоко</i>)	100	50	0,51	0	11,2
	Хлеб пшеничный (<i>хлеб пшеничный</i>)	40	90	7,71	1,6	31,9

Директор МАДОУ

И.В. Борисова