

Ежедневное меню: 04.07.2024 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) | | | | | 04.07.2024 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