

Ежедневное меню: 21.07.2023 года с 1,5 до 3 лет (соответствует первой неделе пятому дню 10-дневного меню)

МАДОУ «ЦРР – д/сад №108» (наименование ДОО)					21.07.2023 г. (дата)	
Прием пищи	Наименование блюда, состав	Выход, г.	Калорийность	белки	жиры	углеводы
Завтрак	Омлет (молоко, масло сливочное, яйцо)	100	110,54	5,82	9,02	1,52
	Хлеб пшеничный с маслом (хлеб пшеничный, масло сливочное)	30/5	136	2,45	7,55	14,62
	Кофейный напиток с молоком (молоко, напиток кофейный, сахар)	180	89	2,09	2,39	14,78
	Морковь отварная (морковь)	30	20,9	0,038	0	4,6
	Сыр (сыр)	10	35,2	2,6	2,68	0
Второй завтрак	Сок (сок)	110	50,6	0,55	0,11	11,11
Обед	Суп картофельный с рыбой (минтай, картофель, морковь, лук, сметана, мало подсолнечное)	150	69,74	7,92	2,46	4,02
	Котлета из свинины (свинина, масло подсолнечное, лук, яйцо, мука)	60	128	7,32	8,15	6,31
	Овощи тушеные в молочном соусе (картофель, капуста, горошек, лук, масло сливочное, масло подсолнечное, молоко, морковь, мука, соль)	120	105,45	2,46	2,77	17,67
	Компот из свежих яблок (яблоко, сахар)	150	45,48	0,12	0	11,2
	Хлеб ржаной (хлеб ржаной)	40	40	2,3	0,04	17,8
Уплотненный полдник	Каша рисовая молочная жидкая (крупа рисовая, молоко, масло сливочное, сахар)	150	177,8	5,44	5,9	25,81
	Чай с сахаром (чай, сахар)	180	85,34	0,42	0	20,9
	Булочка домашняя (мука, дрожжи, молоко, масло сливочное, сахар)	50	127,29	3,49	2,92	21,73
	Фрукты (яблоко)	100	50	0,51	0	11,2
	Хлеб пшеничный (хлеб пшеничный)	30	86	5,39	1,86	0

Директор МАДОУ

И.В. Борисова