

Ежедневное меню: 01.10.2024 года с 3 до 7 лет (соответствует второй неделе второму дню 10-дневного меню на летне-осенний период)

<b>МАДОУ «ЦРР – д/сад №108»</b> (наименование ДОО)					<b>01.10.2024 г.</b> (дата)	
<b>Прием пищи</b>	<b>Наименование блюда, состав</b>	<b>Выход, г.</b>	<b>Калорийность</b>	<b>белки</b>	<b>жиры</b>	<b>углеводы</b>
Завтрак	Каша «Дружба» (рис, пшено) молочная жидкая ( <i>крупа пшеничная, рис, молоко, сахар, масло сливочное</i> )	200	235,2	6,4	8,12	34,2
	Хлеб пшеничный с маслом ( <i>хлеб пшеничный, масло сливочное</i> )	40/6	193	3,5	10,7	2,8
	Печенье ( <i>печенье</i> )	30	141	6,15	3,45	19,8
	Кофейный напиток с молоком ( <i>молоко, напиток кофейный, сахар</i> )	180	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 квашеной капусты с луком ( <i>капуста квашеная, лук, масло подсолнечное</i> )	20	22,12	0,64	2	1,43
	Суп овощной со сметаной ( <i>капуста, горошек, картофель, лук, масло подсолнечное, морковь, сметана, кура</i> )	200	115,23	1,98	5,86	12,58
	Жаркое по-домашнему ( <i>курица, картофель, лук, морковь, масло сливочное, масло подсолнечное, томатная паста</i> )	220	268,4	11,66	12	21,3
	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	Биточки рыбные ( <i>минтай, лук, яйцо, масло сливочное, масло подсолнечное, мука</i> )	70	109,5	11,5	5,7	3,06
	Салат из свеклы с чесноком ( <i>свекла, масло подсолнечное, чеснок</i> )	130	52,92	0,84	3,1	5,2
	Компот из яблок ( <i>яблоко, 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