

Ежедневное меню: 03.10.2024 года с 3 до 7 лет (соответствует второй неделе четвертому дню 10-дневного меню на летне-осенний период)

<b>МАДОУ «ЦРР – д/сад №108»</b> (наименование ДОО)					<b>03.10.2024 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 манная на молоке <i>(молоко, крупа манная, масло сливочное, сахар)</i>	200	210,13	5,12	6,62	32,61
	Хлеб пшеничный с маслом <i>(хлеб пшеничный, масло сливочное)</i>	40/6	193	3,5	10,7	2,8
	Кофейный напиток с молоком <i>(молоко, напиток кофейный, сахар)</i>	180	106,82	2,51	2,87	17,73
	Морковь отварная <i>(морковь)</i>	40	31,35	0,057	0	6,9
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
	Борщ со сметаной <i>(картофель, капуста, кура, лук, масло подсолнечное, морковь, мука, сметана)</i>	200	149,6	5,02	11,3	32,3
	Котлета куриная рубленая <i>(кура, лук, мука, яйцо, масло сливочное, масло подсолнечное)</i>	70	151,3	10,43	7,7	10,81
	Рис отварной <i>(рис, масло сливочное, соль)</i>	150	116	3	4	17
	Соус молочный <i>(молоко, соль, мука)</i>	30	118	4	3	8
	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	Суп-пюре из картофеля <i>(картофель, молоко, морковь, масло сливочное)</i>	200	92,25	2,2	3,3	13,5
	Гренки <i>(хлеб пшеничный)</i>	40	6,08	0,64	37,87	190,4
	Чай с молоком <i>(чай, сахар, молоко)</i>	200	78,52	2,51	2,29	11,94
	Яйцо вареное <i>(яйцо)</i>	20	78,5	6,5	6	0,5
	Фрукты <i>(яблоко)</i>	100	50	0,51	0	11,2

Директор МАДОУ

И.В. Борисова