

Ежедневное меню (с 1,5 до 3 лет)

| ДОО              | <i>МАДОУ «Детский сад 104»</i>            |          |              | Дата  | <i>01.08.2024 (соответствует четвергу, 2 неделя)</i> |          |
|------------------|---|----------|--------------|-------|--|----------|
| Прием пищи       | Наименование блюда, состав                | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры   | Углеводы |
| <b>Завтрак</b>   | Каша ячневая молочная жидкая              | 150      | 162          | 5     | 5  | 24       |
|                  | Какао с молоком                           | 150      | 78           | 3     | 2  | 11       |
|                  | Батон нарезной                            | 30       | 78           | 2     | 1  | 15       |
|                  | Масло сливочное                           | 5        | 33           | -     | 4  | -        |
|                  |   |          |              |       |  |          |
| <b>Завтрак 2</b> | Яблоки                                    | 100      | 44           | -     | -  | 10       |
|                  |   |          |              |       |  |          |
| <b>Обед</b>      | Салат из свежих помидоров                 | 40       | 29           | -     | 2  | 1        |
|                  | Рассольник Ленинградский                  | 200      | 88           | 21    | 4  | 11       |
|                  | Печень куриная ,тушеная в сметанном соусе | 80       | 138          | 15    | 7  | 4        |
|                  | Каша гречневая рассыпчатая                | 130      | 210          | 13    | 5  | 34       |
|                  | Компот из сухофруктов                     | 150      | 63           | -     | -  | 15       |
|                  | Хлеб ржаной                               | 40       | 82           | 3     | 1  | 16       |
|                  |   |          |              |       |  |          |
| <b>Полдник</b>   | Молоко кипяченое                          | 150      | 81           | 4     | 4  | 7        |
|                  | Булочка домашняя                          | 50       | 158          | 4     | 6  | 23       |
|                  |   |          |              |       |  |          |
| <b>Ужин</b>      | Яйцо вареное                              | 20       | 32           | 3     | 23   | -        |
|                  | Рагу овощное                              | 150      | 122          | 4     | 5  | 15       |
|                  | Чай с лимоном                             | 150      | 30           | -     | -  | 7        |
|                  | Хлеб пшеничный                            | 30       | 70           | 2     | -  | 15       |
|                  |   |          |              |       |  |          |

*Директор*

*Сабинская О.А.*