

Ежедневное меню (с 1,5 до 3 лет)

| ДОО              | <i>МАДОУ «Детский сад 104»</i>   |          |              | Дата  | <i>07.12.2023(соответствует четвергу 1 неделя)</i> |          |
|------------------|----------------------------------|----------|--------------|-------|--|----------|
| Прием пищи       | Наименование блюда, состав       | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры   | Углеводы |
| <b>Завтрак</b>   | Каша овсяная Геркулес            | 150      | 162          | 5     | 6  | 21       |
|                  | Кофейный напиток с молоком       | 150      | 66           | 2     | 2  | 10       |
|                  | 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 свёклы отварной         | 40       | 37           | 1     | 2  | 3        |
|                  | Рассольник Ленинградский         | 200      | 88           | 21    | 4  | 11       |
|                  | Печень куриная ,тушенная в соусе | 80       | 138          | 15    | 7  | 4        |
|                  | Макароны отварные                | 130      | 160          | 5     | 4  | 26       |
|                  | Компот из сухофруктов            | 150      | 63           | -     | -  | 15       |
|                  | Хлеб ржаной                      | 40       | 82           | 3     | 1  | 16       |
|                  |                                  |          |              |       |  |          |
| <b>Полдник</b>   | Молоко кипяченое                 | 150      | 81           | 4     | 4  | 7        |
|                  | Шанежка с яблоками               | 50       | 120          | 3     | 3  | 21       |
|                  |                                  |          |              |       |  |          |
|                  |                                  |          |              |       |  |          |
| <b>Ужин</b>      | Пюре картофельное                | 130      | 91           | 4     | 5  | 8        |
|                  | Капуста тушенная                 | 40       | 28           | 1     | 1  | 3        |
|                  | Чай с сахаром                    | 150      | 29           | -     | -  | 7        |
|                  | Хлеб пшеничный                   | 40       | 94           | 3     | -  | 20       |
|                  |                                  |          |              |       |  |          |
|                  |                                  |          |              |       |  |          |
|                  |                                  |          |              |       |  |          |

Директор

Сабинская О. А..