

Ежедневное меню (с 1,5 до 3 лет)

| ДОО | <i>МАДОУ «Детский сад 104»</i> | | | Дата | <i>22.01.2025 (соответствует среде 1 недели)</i> | |
|------------------|-----------------------------------|----------|--------------|-------|--|----------|
| Прием пищи | Наименование блюда, состав | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | Каша манная молочная жидкая | 150 | 150 | 5 | 5 | 23 |
| | Кофейный напиток с молоком | 150 | 78 | 3 | 2 | 11 |
| | Батон нарезной | 30 | 70 | 2 | - | 15 |
| | Масло сливочное | 5 | 33 | - | 4 | - |
| | Сыр полутвердый | 15 | 55 | 3 | 4 | - |
| | | | | | | |
| Завтрак 2 | Яблоки | 100 | 44 | - | - | 10 |
| | | | | | | |
| Обед | Салат из белокочанной капусты | 40 | 28 | - | 2 | 1 |
| | Свекольник | 200 | 75 | 2 | 4 | 82 |
| | Голубцы ленивые | 80 | 138 | 9 | 10 | 3 |
| | Рис отварной | 100 | 146 | 3 | 4 | 26 |
| | Соус сметанный | 30 | 30 | - | 3 | 1 |
| | Компот из свежих ягод (смородина) | 150 | 33 | - | - | 8 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 82 | 3 | 1 | 16 |
| | | | | | | |
| Полдник | Кисломолочный напиток (снежка) | 150 | 75 | 4 | 4 | 6 |
| | Печенье | 30 | 125 | 2 | 2 | 23 |
| | | | | | | |
| Ужин | Пудинг творожный | 120 | 229 | 18 | 6 | - |
| | Салат из моркови и яблок | 50 | 45 | 1 | 3 | 4 |
| | Чай с лимоном | 150 | 30 | - | - | 7 |
| | Молоко сгущенное | 20 | 65 | 2 | 2 | 11 |
| | | | | | | |

Директор

Сабинская О. А.