

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

| ДОО              | <i>МАДОУ «Детский сад 104»</i>                    |          |              | Дата  | <i>03.05.2024 (соответствует<br/>пятнице, 1 неделя)</i> |          |
|------------------|---|----------|--------------|-------|---|----------|
| Прием пищи       | Наименование блюда, состав                        | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
| <b>Завтрак</b>   | Суп молочный с макаронными изделиями              | 200      | 160          | 6     | 7   | 20       |
|                  | Какао с молоком                                   | 180      | 79           | 3     | 3   | 12       |
|                  | Батон нарезной                                    | 50       | 131          | 4     | 1   | 26       |
|                  | Масло сливочное                                   | 5        | 33           | -     | 4   | -        |
|                  |   |          |              |       |   |          |
| <b>Завтрак 2</b> | Яблоки  | 100      | 44           | -     | -   | 10       |
|                  |   |          |              |       |   |          |
| <b>Обед</b>      | Суп картофельный с клецками                       | 250      | 80           | 3     | 4   | 9        |
|                  | Котлеты Нежные                                    | 90       | 191          | 17    | 11  | 6        |
|                  | Капуста тушеная                                   | 150      | 104          | 3     | 5   | 11       |
|                  | Компот из яблок и лимона                          | 180      | 54           | -     | -   | 13       |
|                  | Хлеб ржаной                                       | 50       | 103          | 4     | 1   | 20       |
|                  |   |          |              |       |   |          |
| <b>Полдник</b>   | Кисель из свежих ягод (смородина)                 | 180      | 81           | -     | -   | 20       |
|                  | Печенье   | 40       | 166          | 3     | 3   | 30       |
|                  |   |          |              |       |   |          |
| <b>Ужин</b>      | Овощи консервированные отварные (зеленый горошек) | 60       | 38           | 2     | 2   | 3        |
|                  | Омлет натуральный                                 | 150      | 240          | 13    | 20  | 3        |
|                  | Чай с сахаром                                     | 180      | 34           | -     | -   | 8        |
|                  | Хлеб пшеничный                                    | 50       | 117          | 4     | -   | 25       |
|                  |   |          |              |       |   |          |

Директор

Сабинская О. А..