

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

| ДОО              | <i>МАДОУ «Детский сад 104»</i>   |          |              | Дата  | <i>07.05.2024 (соответствует вторнику 2 неделя)</i> |          |
|------------------|----------------------------------|----------|--------------|-------|---|----------|
| Прием пищи       | Наименование блюда, состав       | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
| <b>Завтрак</b>   | Каша гречневая молочная вязкая   | 200      | 220          | 9     | 7   | 31       |
|                  | Какао с молоком                  | 180      | 94           | 3     | 3   | 14       |
|                  | Батон нарезной                   | 50       | 131          | 4     | 1   | 26       |
|                  | Масло сливочное                  | 5        | 33           | -     | 4   | -        |
|                  |                                  |          |              |       |   |          |
| <b>Завтрак 2</b> | Яблоки                           | 100      | 44           | -     | -   | 10       |
|                  |                                  |          |              |       |   |          |
| <b>Обед</b>      | Салат из свежих огурцов          | 60       | 38           | 1     | 4   | 2        |
|                  | Суп картофельный с рыбой         | 250      | 126          | 12    | 4   | 108      |
|                  | Котлеты, биточки, шницеля        | 70       | 165          | 10    | 11  | 5        |
|                  | Пюре картофельное                | 150      | 105          | 4     | 6   | 9        |
|                  | Компот из свежих плодов (яблоко) | 180      | 41           | -     | -   | 10       |
|                  | Хлеб ржаной                      | 50       | 103          | 4     | 1   | 20       |
|                  |                                  |          |              |       |   |          |
| <b>Полдник</b>   | Молоко кипяченое                 | 180      | 97           | 5     | 5   | 8        |
|                  | Ватрушка с повидлом              | 70       | 194          | 4     | 2   | 41       |
|                  |                                  |          |              |       |   |          |
| <b>Ужин</b>      | Макароны отварные с овощами      | 200      | 210          | 7     | 47  | 35       |
|                  | Чай с сахаром                    | 180      | 36           | -     | -   | 9        |
|                  | Хлеб пшеничный                   | 50       | 117          | 4     | -   | 25       |
|                  |                                  |          |              |       |   |          |
|                  |                                  |          |              |       |   |          |
|                  |                                  |          |              |       |   |          |

Директор

Сабинская О.А