

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 |
| Завтрак | 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 | - |
| | | | | | | |
| Завтрак 2 | Яблоки | 100 | 44 | - | - | 10 |
| | | | | | | |
| Обед | 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 |
| | | | | | | |
| Полдник | Молоко кипяченое | 180 | 97 | 5 | 5 | 8 |
| | Ватрушка с повидлом | 70 | 194 | 4 | 2 | 41 |
| | | | | | | |
| Ужин | 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