

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

ДОО	<i>МАДОУ «Детский сад 104»</i>			Дата	<i>12.03.2025 (соответствует среде, 2 неделя)</i>	
Прием пищи	Наименование блюда, состав	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Каша Дружба молочная	200	186	5	6	27
	Какао с молоком	180	79	3	3	12
	Хлеб пшеничный	50	117	4	-	25
	Масло сливочное	5	33	-	4	-
	Сыр полутвердый	17	62	4	5	-
Завтрак 2	Яблоки	100	44	-	-	10
Обед	Салат из свеклы отварной	60	55	1	4	5
	Щи из квашеной капусты	250	52	1	4	2
	Рыба запеченная с яйцом	100	102	1	3	9
	Картофель отварной с маслом	130	134	4	7	14
	Компот из свежих ягод(смородина)	180	40	-	-	10
	Хлеб ржаной	50	103	4	1	20
Полдник	Снежка	180	90	5	5	7
	Батон нарезной	50	131	4	1	26
	Повидло	50	131	-	-	33
Ужин	Запеканка рисовая с творогом	150	239	10	5	39
	Молоко сгущенное	30	98	3	3	17
	Чай с сахаром	180	34	-	-	8

Директор

Сабинская О.А.