

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

ДОО	<i>МАДОУ «Детский сад 104»</i>			Дата	<i>13.12.2023(соответствует среде, 2 неделя)</i>	
Прием пищи	Наименование блюда, состав	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Завтрак</b>	Каша Дружба молочная	200	186	5	6	27
	Кофейный напиток с молоком	180	79	3	3	12
	Хлеб пшеничный	50	117	4	-	25
	Масло сливочное	5	33	-	4	-
<b>Завтрак 2</b>	Мандарины	100	44	-	-	10
<b>Обед</b>	Салат из свёклы отварной	60	55	1	4	5
	Щи из квашенной капусты	250	52	1	4	2
	Котлеты или биточки рыбные(минтай)	70	74	1	2	7
	Картофель отварной с маслом	130	134	4	7	14
	Соус томатный	50	26	1	2	3
	Компот из свежих ягод (смородина)	180	40	-	-	10
	Хлеб ржаной	50	103	4	1	20
<b>Полдник</b>	Снежжа	180	90	5	5	7
	Батон нарезной	50	131	4	1	26
	Повидло	30	79	-	-	20
<b>Ужин</b>	Запеканка рисовая с творогом	150	239	10	5	39
	Молоко сгущенное	30	98	3	3	17
	Чай с сахаром	180	34	-	-	8
	Салат из моркови	50	52	1	3	6

Директор

Сабинская О.А.