

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

ДОО	<i>МАДОУ «Детский сад 104»</i>			Дата	<i>20.03.2025 (соответствует четвергу 1 недели)</i>	
Прием пищи	Наименование блюда, состав	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Каша овсяная Геркулес	200	216	7	8	28
	Кофейный напиток с молоком	180	58	1	1	10
	Батон нарезной	50	131	4	1	26
	Масло сливочное	5	33	-	4	-
Завтрак 2	Яблоки	100	44	-	-	10
Обед	Салат из свеклы отварной	60	55	1	4	5
	Рассольник ленинградский	250	110	26	5	13
	Печень куриная, тушенная в соусе	80	138	15	7	4
	Каша гречневая рассыпчатая	130	242	15	6	39
	Компот из сухофруктов	180	76	1	-	18
	Хлеб ржаной	50	103	4	1	20
Полдник	Молоко кипяченое	180	97	5	5	8
	Ватрушка с творожным фаршем	70	260	18	7	32
Ужин	Пюре картофельное	150	105	4	6	9
	Капуста тушеная	60	41	1	2	5
	Хлеб пшеничный	50	117	4	-	25
	Чай с сахаром	180	36	-	-	8

Директор

Сабинская О. А.