

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

| ДОО | <i>МАДОУ «Детский сад 104»</i> | | | Дата | <i>21.01.2025 (соответствует вторнику, 1 неделя)</i> | |
|------------------|----------------------------------|----------|--------------|-------|--|----------|
| Прием пищи | Наименование блюда, состав | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | Каша рисовая молочная жидкая | 200 | 203 | 5 | 6 | 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 | Овощи консервированные (горошек) | 60 | 38 | 2 | 2 | 3 |
| | Щи из свежей капусты | 250 | 62 | 2 | 5 | 4 |
| | Биточки, котлеты, шницеля | 70 | 165 | 10 | 11 | 5 |
| | Пюре картофельное с морковью | 150 | 111 | 3 | 6 | 11 |
| | Компот из сухофруктов | 180 | 76 | 1 | - | 18 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 103 | 4 | 1 | 20 |
| | | | | | | |
| Полдник | Молоко кипяченое | 180 | 97 | 5 | 5 | 8 |
| | Булочка домашняя | 70 | 221 | 5 | 8 | 32 |
| | | | | | | |
| Ужин | Голубцы овощные | 180 | 200 | 6 | 11 | 20 |
| | Соус сметанный | 50 | 50 | 1 | 5 | 1 |
| | Чай с сахаром | 180 | 34 | 5 | - | 8 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 117 | 4 | - | 25 |
| | | | | | | |

Директор

Сабинская О. А.