

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

ДОО	<i>МАДОУ «Детский сад 104»</i>			Дата	<i>22.01.2025 (соответствует среде 1 недели)</i>	
Прием пищи	Наименование блюда, состав	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Завтрак</b>	Каша манная молочная жидкая	200	200	6	6	30
	Кофейный напиток с молоком	180	94	3	3	14
	Батон нарезной	50	131	4	1	26
	Масло сливочное	5	33	-	4	-
	Сыр полутвердый	17	62	4	5	-
<b>Завтрак 2</b>	Яблоки	100	44	-	-	10
<b>Обед</b>	Салат из белокочанной капусты	60	42	1	4	2
	Свекольник	250	93	2	5	103
	Голубцы ленивые	100	173	11	12	4
	Рис отварной	120	175	3	4	31
	Соус сметанный	50	50	1	5	1
	Компот из свежих ягод (смородина)	180	40	-	-	10
	Хлеб ржаной	50	103	4	1	20
<b>Полдник</b>	Кисломолочный напиток (снежка)	180	90	5	5	7
	Печенье	50	208	4	4	38
<b>Ужин</b>	Пудинг творожный	150	286	23	8	31
	Салат из моркови и яблок	50	45	1	3	4
	Молоко сгущенное	25	82	2	2	14
	Чай с лимоном	200	30	-	-	7

Директор

Сабинская О. А.