

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

ДОО	<i>МАДОУ «Детский сад 104»</i>			<i>25.12.2023(соответствует понедельнику , 2 неделя)</i>		
Прием пищи	Наименование блюда, состав	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Завтрак</b>	Каша ячневая молочная	200	216	7	6	32
	Чай с сахаром	180	34	-	-	8
	Батон нарезной	50	131	4	1	26
	Масло сливочное	5	33	-	4	-
<b>Завтрак 2</b>	Банан	100	44	-	-	10
<b>Обед</b>	Салат из квашеной капусты	60	56	1	4	5
	Суп картофельный с фрикадельками мясными	250	152	9	10	8
	Плов из отварной птицы	200	223	12	8	25
	Компот из сухофруктов	180	76	1	-	18
	Хлеб ржаной	50	103	4	1	20
<b>Полдник</b>	Кисломолочный напиток (кефир)	180	182	10	9	14
	Печенье	50	208	4	4	38
<b>Ужин</b>	Сырники из творога запеченные	140	442	41	11	45
	Салат из моркови и яблок	50	45	1	3	4
	Молоко сгущенное	50	164	4	4	28
	Кофейный напиток с молоком	180	79	3	3	12

*Директор*

*Сабинская О. А..*