

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

| ДОО | <i>МАДОУ «Детский сад 104»</i> | | | Дата | <i>28.03.2025 (соответствует пятнице, 2 неделя)</i> | |
|------------------|---|----------|--------------|-------|---|----------|
| Прием пищи | Наименование блюда, состав | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | Суп молочный с крупой | 200 | 130 | 5 | 5 | 16 |
| | 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 | Рыба соленая (сельдь) | 60 | 122 | 14 | 8 | - |
| | Суп с макаронными изделиями и картофелем | 250 | 98 | 3 | 4 | 12 |
| | Запеканка картофельная с мясом | 180 | 270 | 21 | 14 | 15 |
| | Соус томатный | 50 | 26 | 1 | 2 | 3 |
| | Компот из сухофруктов | 180 | 76 | 1 | - | 18 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 103 | 4 | 1 | 20 |
| | | | | | | |
| Полдник | Печенье | 50 | 183 | 3 | 3 | 38 |
| | Кисель из свежемороженых ягод | 180 | 40 | - | - | 10 |
| | | | | | | |
| Ужин | Овощи консервированные отварные(кукуруза) | 60 | 38 | 2 | 2 | 3 |
| | Омлет натуральный с сыром | 150 | 291 | 17 | 23 | 3 |
| | Чай с сахаром | 180 | 34 | - | - | 8 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 117 | 4 | - | 25 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Директор

Сабинская О.А.