

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

ДОО	<i>МАДОУ «Детский сад 104»</i>			Дата	<i>30.01.2025 (соответствует четвергу, 2 неделя)</i>	
Прием пищи	Наименование блюда, состав	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Завтрак</b>	Каша пшенная молочная жидкая	200	233	7	7	35
	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>	Овощи консервированные (зеленый горошек)	60	38	2	2	3
	Борщ с капустой и картофелем	250	75	2	4	7
	Печень куриная ,тушеная в сметанном соусе	100	173	18	9	5
	Макароны отварные	150	185	6	5	30
	Компот из сухофруктов	180	76	1	-	18
	Хлеб ржаной	50	103	4	1	20
<b>Полдник</b>	Молоко кипяченое	180	97	5	5	8
	Шанежка с яблоками	70	168	4	4	30
<b>Ужин</b>	Яйцо вареное	20	32	3	23	-
	Рагу овощное	180	147	5	6	18
	Чай с лимоном	180	36	-	-	9
	Хлеб пшеничный	50	117	4	-	25

Директор

Сабинская О.А.