

Ежедневное меню с 3 до 7 лет (соответствует десятому дню десятидневного меню)

ДОО	МАДОУ «Детский сад № 86»				Дата	12.01.2024
Прием пищи	Наименование блюда, состав	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	Каша пшеничная молочная жидкая (Крупа пшеничная, молоко, сахар, масло сливочное, соль)	200	175	7	5	26
	Кофейный напиток с молоком (Кофейный напиток, сахар, молоко)	200	90	3	3	14
	Бутерброд с сыром (Батон, сыр, масло сливочное)	40	122	4	6	13
Завтрак 2	Яблоки	100	45	0	0	10
Обед	Салат Степной из различных овощей (Картофель, морковь, огурцы соленые, лук репчатый, горошек зеленый, масло подсолнечное)	60	79	1	6	5
	Суп картофельный с макаронными изделиями (Картофель, лук репчатый, морковь, макаронные изделия, кура, масло сливочное, соль)	200	112	3	4	15
	Голубцы ленивые (Мясо свинина, крупа рисовая, капуста белокочанная, лук репчатый, соль, масло сливочное)	220	228	20	10	15
	Соус томатный (Мука пшеничная, масло сливочное, томат-паста, соль)	40	29	1	1	3
	Компот из брусники (Сахар-песок, ягоды-брусника)	200	43	0	0	11
	Хлеб ржаной	40	70	3	0	14
Полдник	Сок	200	92	1	0	22
	Батон нарезной	50	131	4	1	26
Ужин	Салат из свеклы отварной с чесноком с растительным маслом (Свекла, масло растительное, соль)	60	50	1	3	5
	Картофель отварной (Картофель, масло сливочное, соль)	130	140	2	5	21
	Суфле рыбное (Рыба Минтай, яйцо, молоко, масло сливочное, хлеб пшеничный)	90	146	17	6	6
	Чай сладкий с лимоном (Чай черный, лимон, сахар)	200	40	1	0	10
	Хлеб пшеничный	30	71	2	0	15

Ежедневное меню с 1,5 до 3 лет (соответствует десятому дню десятидневного меню)

ДОО	МАДОУ «Детский сад № 86»				Дата	12.01.2024
Прием пищи	Наименование блюда, состав	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	Каша пшеничная молочная жидкая (Крупа пшеничная, молоко, сахар, масло сливочное, соль)	150	131	5	3	20
	Кофейный напиток с молоком (Кофейный напиток, сахар, молоко)	180	81	3	3	13
	Бутерброд с сыром (Батон, сыр, масло сливочное)	30	92	3	5	10
Завтрак 2	Яблоки	100	45	0	0	10
Обед	Салат Степной из различных овощей (Картофель, морковь, огурцы соленые, лук репчатый, горошек зеленый, масло подсолнечное)	40	52	1	4	3
	Суп картофельный с макаронными изделиями (Картофель, лук репчатый, морковь, макаронные изделия, Кура, масло сливочное, соль)	150	84	3	3	11
	Голубцы ленивые (Мясо свинина, крупа рисовая, капуста белокочанная, лук репчатый, соль, масло сливочное)	180	187	16	8	13
	Соус томатный (Мука пшеничная, масло сливочное, томат-паста, соль)	30	21	0	1	2
	Компот из брусники (Сахар-песок, ягоды-брусника)	150	32	0	0	8
	Хлеб ржаной	30	52	2	0	10
Полдник	Сок	180	83	1	0	20
	Батон нарезной	50	79	2	1	15
Ужин	Салат из свеклы отварной с чесноком с растительным маслом (Свекла, масло растительное, соль)	40	33	1	2	3
	Картофель отварной (Картофель, масло сливочное, соль)	110	118	2	4	18
	Суфле рыбное (Рыба Минтай, яйцо, молоко, масло сливочное, хлеб пшеничный)	70	113	13	5	5
	Чай сладкий с лимоном (Чай черный, лимон, сахар)	180	36	1	0	9
	Хлеб пшеничный	20	47	2	0	10

Подпись руководителя