

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

ДОО	МАДОУ «Детский сад № 86»				Дата	13.03.23
Прием пищи	Наименование блюда, состав	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая (Крупа пшено, молоко, масло сливочное, сахар, соль)	200	175	7	6	26
	Какао с молоком (Какао-порошок, сахар, молоко)	200	91	3	3	13
	Бутерброд с маслом (Батон, масло сливочное)	40	126	3	6	17
Завтрак 2	Сок	100	46	1	0	11
Обед	Свекла отварная	60	25	1	0	5
	Рассольник на мясном бульоне со сметаной (Мясо говядина, картофель, морковь, лук репчатый, крупа перловая, огурец соленый, масло сливочное, сметана, соль)	200	145	5	7	15
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сливочное, соль)	130	126	3	6	12
	Суфле из отварной печени (Печень говяжья, молоко, яйцо, соль, масло сливочное, хлеб пшеничный)	70	150	15	8	5
	Компот из апельсинов с яблоками (сахар, яблоки, апельсины)	200	77	0	0	18
	Хлеб ржаной	40	70	3	0	14
	Полдник	Кефир	200	95	6	4
	Пряник	50	183	3	2	38
Ужин	Салат из отварной моркови (Морковь, масло подсолнечное, сахар-песок)	80	102	1	8	7
	Сырники творожные запеченные со сгущенным молоком (Творог, яйцо сахар-песок, мука пшеничная, масло сливочное, масло растительное, сгущенное молоко)	150	348	21	16	32
	Чай сладкий с молоком (чай черный, молоко, сахар,)	200	53	2	1	9
	Хлеб пшеничный	30	71	2	0	15

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

ДОО	МАДОУ «Детский сад № 86»				Дата	13.03.23	
Прием пищи	Наименование блюда, состав	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая (Крупа пшено, молоко, масло сливочное, сахар, соль)	150	131	5	3	20	
	Какао с молоком (Какао-порошок, сахар, молоко)	180	82	3	3	12	
	Бутерброд с маслом (Батон, масло сливочное)	30	94	2	4	13	
Завтрак 2	Сок	100	46	1	0	11	
Обед	Свекла отварная	40	17	1	0	4	
	Рассольник на мясном бульоне со сметаной (Мясо говядина, картофель, морковь, лук репчатый, крупа перловая, огурец соленый, масло сливочное, сметана, соль)	150	109	4	5	11	
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сливочное, соль)	110	107	2	5	10	
	Суфле из отварной печени (Печень говяжья, молоко, яйцо, соль, масло сливочное, хлеб пшеничный)	60	129	13	7	5	
	Компот из апельсинов с яблоками (сахар, яблоки, апельсины)	150	58	0	0	14	
	Ужин	Хлеб ржаной	30	52	2	0	10
		Кефир	180	85	5	4	7
Пряник		30	110	2	1	23	
	Салат из отварной моркови (Морковь, масло подсолнечное, сахар-песок)	60	76	1	6	5	
	Сырники творожные запеченные со сгущенным молоком (Творог, яйцо сахар-песок, мука пшеничная, масло сливочное, масло растительное, сгущенное молоко)	130	302	18	14	27	
	Чай сладкий с молоком (чай черный, молоко, сахар,)	180	48	1	1	8	
	Хлеб пшеничный	20	47	2	0	10	

Подпись руководителя