

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

ДОО	МАДОУ «Детский сад № 86»				Дата	29.03.23
Прием пищи	Наименование блюда, состав	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Каша манная молочная жидкая (Крупа манная, молоко, масло сливочное, сахар, соль)	200	201	7	6	30
	Какао с молоком (Какао-порошок, сахар, молоко)	200	91	3	6	17
	Бутерброд с маслом (Батон, масло сливочное)	40	129	4	6	13
Завтрак 2	Апельсины	100	41	1	0	8
Обед	Салат из квашеной капусты с яблоками (Капуста квашеная, яблоки, масло подсолнечное)	60	72	1	6	3
	Суп картофельный с рыбой (Рыба минтай, картофель, морковь, лук репчатый, крупа перловая, масло сливочное, сметана, соль)	200	136	9	5	13
	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	130	202	7	5	33
	Биточки мясные (Мясо свинина, яйцо, соль, хлеб пшеничный)	70	119	16	2	7
	Соус томатный (Мука пшеничная, масло сливочное, томат-паста, соль)	40	29	1	1	3
	Компот из брусники (сахар, брусника)	200	43	0	0	11
Полдник	Хлеб ржаной	40	70	3	0	14
	Сок	200	92	1	0	22
	Батон нарезной	50	134	4	1	26
Ужин	Винегрет с растительным маслом (Картофель, морковь, свекла, лук, капуста квашеная, огурец соленый, горошек зеленый, масло подсолнечное)	100	138	2	10	9
	Омлет натуральный (Молоко, яйцо, масло сливочное)	130	173	11	13	3
	Чай с сахаром (чай черный, сахар,)	200	38	1	0	10
	Хлеб пшеничный	30	71	2	0	15

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

ДОО	МАДОУ «Детский сад № 86»				Дата	29.03.23	
Прием пищи	Наименование блюда, состав	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каша манная молочная жидкая (Крупа манная, молоко, масло сливочное, сахар, соль)	140	139	5	4	21	
	Какао с молоком (Какао-порошок, сахар, молоко)	180	81	3	3	13	
	Бутерброд с маслом (Батон, масло сливочное)	30	85	2	4	11	
Завтрак 2	Апельсины	100	41	1	0	8	
Обед	Салат из квашеной капусты с яблоками (Капуста квашеная, яблоки, масло подсолнечное)	30	51	4	2	0	
	Суп картофельный с рыбой (Рыба минтай, картофель, морковь, лук репчатый, крупа перловая, масло сливочное, сметана, соль)	180	117	8	4	12	
	Каша гречневая рассыпчатая (Крупа гречневая, масло сливочное, соль)	180	155	5	4	25	
	Биточки мясные (Мясо свинина, яйцо, соль, хлеб пшеничный)	150	99	12	1	6	
	Соус томатный (Мука пшеничная, масло сливочное, томат-паста, соль)	30	23	1	0	2	
	Ужин	Компот из брусники (сахар, брусника)	40	31	0	0	8
		Хлеб ржаной	110	54	2	0	11
	Сок	180	72	10	1	4	
	Батон нарезной	30	36	1	0	4	
	Винегрет с растительным маслом Картофель, морковь, свекла, лук, капуста квашеная, огурец соленый, горошек зеленый, масло подсолнечное)	80	108	2	8	7	
	Омлет натуральный (Молоко, яйцо, масло сливочное, соль)	110	141	9	11	2	
	Чай с сахаром (чай черный, сахар)	180	34	1	0	9	
	Хлеб пшеничный	20	47	2	0	10	

Подпись руководителя