

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

ДОО	МАДОУ «Детский сад № 86»				Дата	18.03.23
Прием пищи	Наименование блюда, состав	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая (крупа пшеничная, молоко, сахар, масло сливочное)	200	181	7	4	27
	Чай с молоком (Чай черный, сахар, молоко)	200	53	2	1	9
	Бутерброд с сыром (Батон, сыр, масло сливочное)	400	122	4	6	13
Завтрак 2	Сок	100	46	1	0	11
Обед	Салат из свеклы с соленым огурцом (Свекла, огурцы соленые, масло подсолнечное)	50	63	1	5	4
	Щи из свежей капусты со сметаной (Кура, капуста белокачанная, картофель, лук репчатый, морковь, сметана, соль, масло сливочное)	200	131	5	7	11
	Плов из отварной курицы (Кура, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, Соль, масло подсолнечное)	200	297	13	12	35
	Компот из смеси сухофруктов (Сухофрукты, сахар )	200	79	3	3	10
	Хлеб ржаной	40	70	3	0	14
Полдник	Напиток Снежок	200	77	3	3	11
	Булочка домашняя (Молоко, мука, сахар, дрожжи, яйцо, масло сливочное, масло растительное)	70	283	5	9	44
Ужин	Салат из отварной моркови и яблок (Морковь, яблоки, сахар)	70	38	1	0	8
	Суфле творожное (Творог, крупа рисовая, яйцо, сахар, масло сливочное)	130	195	17	10	10
	Молоко сгущенное с сахаром	30	98	2	3	17
	Кисель из концентрата плодового (Кисель, сахар)	200	43	0	0	10
	Хлеб пшеничный	30	71	2	0	15

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

ДОО	МАДОУ «Детский сад № 86»				Дата	18.03.23	
Прием пищи	Наименование блюда, состав	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая (крупа пшеничная, молоко, сахар, масло сливочное)	150	136	5	3	20	
	Чай с молоком (Чай черный, сахар, молоко)	180	48	1	1	8	
	Бутерброд с сыром (Батон, сыр, масло сливочное)	30	92	3	5	10	
Завтрак 2	Сок	100	46	1	0	11	
Обед	Салат из свеклы с соленым огурцом (Свекла, огурцы соленые, масло подсолнечное)	30	38	0	3	2	
	Щи из свежей капусты со сметаной (кура, капуста белокачанная, картофель, лук репчатый, морковь, сметана, соль, масло сливочное)	150	99	4	5	8	
	Плов из отварной курицы (Кура, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, Соль, масло подсолнечное)	160	237	10	10	28	
	Компот из смеси сухофруктов (Сухофрукты, сахар)	150	60	2	2	8	
	Хлеб ржаной	30	52	2	0	10	
	Ужин	Напиток Снежок	180	69	2	2	10
		Булочка домашняя(Молоко, мука, сахар, дрожжи,я йцо, масло сливочное, масло растительное)	50	202	4	7	32
	Салат из отварной моркови и яблок (Морковь, яблоки, сахар)	50	27	1	0	6	
	Суфле творожное (Творог, крупа рисовая, яйцо, сахар, масло сливочное)	120	180	16	8	+	
	Молоко сгущенное с сахаром	20	66	1	2	11	
	Кисель из концентрата плодового( Кисель, сахар)	180	38	0	0	10	
	Хлеб пшеничный	20	47	2	0	10	

Подпись руководителя