

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

ДОО	МАДОУ «Детский сад № 86»				Дата	23.01.2024
Прием пищи	Наименование блюда, состав	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Каша Дружба (Крупа, рисовая, крупа пшено, молоко, масло сливочное, сахар, соль)	200	199	6	6	30
	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	Яблоки	100	45	0	0	10
Обед	Салат из свеклы отварной (Свекла, масло подсолнечное, соль)	60	40	1	2	5
	Щи из свежей капусты со сметаной (Мясо говядина, капуста белокочанная, картофель, лук репчатый, морковь, сметана, соль, масло сливочное)	200	131	5	7	11
	Макаронные изделия отварные (Макаронные изделия, масло сливочное, соль)	130	119	5	4	32
	Гуляш из мяса (Мясо говядина б/к, соль, масло сливочное, мука, томат-паста, лук репчатый)	80	135	15	7	4
	Компот из кураги (Сухофрукты-курага, сахар)	200	92	1	2	23
	Хлеб ржаной	40	79	3	0	14
Полдник	Молоко кипяченое	200	120	6	6	10
	Печенье	50	209	4	5	37
Ужин	Огурец соленый	30	4	1	0	0
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сливочное, соль)	130	126	3	6	12
	Тефтели рыбные в соусе (Рыба Горбуша, хлеб пшеничный, лук репчатый, мука пшеничная, томат-паста, соль, масло сливочное, масло подсолнечное)	90	226	17	12	12
	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 седьмому дню десятидневного меню)

ДОО	МАДОУ «Детский сад № 86»				Дата	23.01.2024
Прием пищи	Наименование блюда, состав	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Каша Дружба (Крупа рисовая, крупа пшено, молоко, масло сливочное, сахар, соль)	150	149	5	4	23
	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	Яблоки	100	45	0	0	10
Обед	Салат из свеклы отварной (Свекла, масло подсолнечное, соль)	40	27	1	1	3
	Щи из свежей капусты со сметаной (Мясо говядина, капуста белокочанная, картофель, лук репчатый, морковь, сметана, соль, масло сливочное)	150	99	4	5	8
	Макаронные изделия отварные (Макаронные изделия, масло сливочное, соль)	110	158	4	4	27
	Гуляш из мяса (Мясо говядина б/к, соль, масло сливочное, мука, томат-паста, лук репчатый)	70	102	11	5	3
	Компот из кураги (Сухофрукты-курага, сахар)	150	69	1	0	17
	Хлеб ржаной	30	52	2	0	10
	Молоко кипяченое	180	108	5	6	9
Полдник	Печенье	30	125	2	3	22
	Огурец соленый	20	3			
Ужин	Пюре картофельное (Картофель, молоко, масло сливочное, соль)	110	107	2	5	10
	Тефтели рыбные в соусе (Рыба Горбуша, хлеб пшеничный, лук репчатый, мука пшеничная, томат-паста, соль, масло сливочное, масло подсолнечное)	70	176	13	9	10
	Чай сладкий с лимоном (чай черный, лимон, сахар,)	180	36	1	0	9
	Хлеб пшеничный	20	47	2	0	10

Подпись руководителя