

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

ДОО	МАДОУ «Детский сад № 86»				Дата	06.03.23
Прием пищи	Наименование блюда, состав	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Яйцо вареное вкрутую	200	201	7	6	30
	Каша молочная кукурузная жидкая (Крупа кукурузная, молоко, сахар, масло сливочное, соль)					
	Кофейный напиток с молоком (Кофейный напиток, сахар, молоко)	200	91	3	6	17
	Бутерброд с сыром (Батон, сыр масло сливочное)	40	129	4	6	13
Завтрак 2	Сок	100	41	1	0	8
Обед	Салат картофельный с зеленым горошком (Картофель. Лук репчатый, горошек зеленый консервированный, масло подсолнечное, яйцо)	60	72	1	6	3
	Суп свекольный на мясном бульоне со сметаной (Картофель, лук репчатый, свекла, морковь, кура, масло сливочное, сметана, соль)	200	136	9	5	13
	Капуста тушеная (Капуста белокачанная, лук репчатый, морковь, мука, томат-паста, масло подсолнечное, соль)	130	202	7	5	33
	Суфле из отварной курицы (Кура, яйцо, хлеб пшеничный, молоко, масло сливочное, соль)	70	119	16	2	7
	Компот из вишни (сахар, вишня)	200	43	0	0	11
	Хлеб ржаной	40	70	3	0	14
Полдник	Кефир	200	92	1	0	22
	Пряник	50	134	4	1	26
Ужин	Салат из отварной моркови (Морковь, масло подсолнечное, сахар)	70	89	1	7	6
	Ленивые вареники из творога (Творог, яйцо, мука пшеничная, сахар, масло сливочное)	130	173	11	13	3
	Чай сладкий с молоком (Чай черный, молоко, сахар,)	200	38	1	0	10
	Хлеб пшеничный	30	71	2	0	15

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

ДОО	МАДОУ «Детский сад № 86»				Дата	06.03.23
Прием пищи	Наименование блюда, состав	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Яйцо вареное в крутую	140	139	5	4	21
	Каша молочная кукурузная жидкая (Крупа кукурузная, молоко, сахар, масло сливочное, соль)					
	Кофейный напиток с молоком (Кофейный напиток, сахар, молоко)	180	81	3	3	13
	Бутерброд с сыром (Батон, сыр масло сливочное)	30	85	2	4	11
Завтрак 2	Сок	100	41	1	0	8
Обед	Салат картофельный с зеленым горошком (Картофель. Лук репчатый, горошек зеленый консервированный, масло подсолнечное, яйцо)	30	51	4	2	0
	Суп свекольный на мясном бульоне со сметаной (Картофель, лук репчатый, свекла, морковь, кура, масло сливочное, сметана, соль)	180	117	8	4	12
	Капуста тушеная (Капуста белокачанная, лук репчатый, морковь, мука, томат-паста, масло подсолнечное, соль)	180	155	5	4	25
	Суфле из отварной курицы (Кура, яйцо, хлеб пшеничный, молоко, масло сливочное, соль)	30	23	1	0	2
	Компот из вишни (сахар, вишня)	40	31	0	0	8
	Хлеб ржаной	110	54	2	0	11
Полдник	Кефир	180	72	10	1	4
	Пряник	30	36	1	0	4
Ужин	Салат из моркови (Морковь, масло подсолнечное, сахар)	60	76	1	6	5
	Ленивые вареники из творога (Творог, яйцо, мука пшеничная, сахар, масло сливочное)	110	141	9	11	2
	Чай сладкий с молоком (Чай черный, молоко, сахар,)	180	34	1	0	9
	Хлеб пшеничный	20	47	2	0	10