

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

ДОО	МАДОУ «Детский сад № 86»				Дата	11.01.2024
Прием пищи	Наименование блюда, состав	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	Каша гречневая молочная жидкая (Крупа гречневая, молоко, сахар, масло сливочное, соль)	200	208	8	5	32
	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	Апельсин	100	43	1	0	8
Обед	Огурец соленый	50	7			1
	Борщ с капустой и картофелем (Картофель, лук репчатый, свекла, морковь, капуста белокочанная, томат-паста, мясо говядина, масло сливочное, сметана, соль)	200	116	6	6	7
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, соль, масло сливочное)	130	126	3	6	12
	Тефтели мясо-крупяные (Мясо говядина б/к, крупа рисовая, лук, яйцо, соль)	70	155	17	5	11
	Компот из смеси сухофруктов (сахар-песок, сухофрукты)	200	79	3	3	10
	Хлеб ржаной	40	70	3	0	14
Полдник	Молоко кипяченое	200	120	6	6	10
	Ватрушка с повидлом (Мука пшеничная, сахар, яйцо, масло сливочное, дрожжи, соль, масло растительное, повидло)	70	233	4	2	49
Ужин	Винегрет с растительным маслом (Картофель, свекла, морковь, капуста квашеная, огурцы соленые, масло подсолнечное, лук репчатый)	100	138	2	10	9
	Омлет натуральный (Молоко, яйцо, масло сливочное, соль)	130	179	12	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 девятому дню десятидневного меню)

ДОО	МАДОУ «Детский сад № 86»				Дата	11.01.2024
Прием пищи	Наименование блюда, состав	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	Каша гречневая молочная жидкая (Крупа гречневая, молоко, сахар, масло сливочное, соль)	150	156	6	4	24
	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	Апельсин	100	43	1	0	8
Обед	Огурец соленый	30	4			1
	Борщ с капустой и картофелем (Картофель, лук репчатый, свекла, морковь, капуста белокочанная, томат-паста, мясо говядина, масло сливочное, сметана, соль)	150	87	4	4	5
	Пюре картофельное (Картофель, молоко, соль, масло сливочное)	110	107	2	5	10
	Тефтели мясо-крупяные (Мясо говядина б/к, крупа рисовая, лук, яйцо, соль)	60	133	14	4	9
	Компот из смеси сухофруктов (сахар-песок, сухофрукты)	150	60	2	2	8
	Хлеб ржаной	30	52	2	0	10
Полдник	Молоко кипяченое	180	108	5	6	9
	Ватрушка с повидлом (Мука пшеничная, сахар, яйцо, масло сливочное, дрожжи, соль, масло растительное, повидло)	50	166	3	1	35
Ужин	Винегрет с растительным маслом (Картофель, свекла, морковь, капуста квашеная, огурцы соленые, масло подсолнечное, лук репчатый)	90	125	2	9	8
	Омлет натуральный (Молоко, яйцо, масло сливочное, соль)	110	151	10	11	3
	Чай с сахаром (Чай черный, сахар,)	180	34	1	0	9
	Хлеб пшеничный	20	47	2	0	10

*Подпись руководителя*