

ЗМЯДОУ «Детский сад № 173 «Росинка»

МЕНЮ НА 10 февраля 2023

	Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Завтрак	Каша кукурузная молочная	200	3	4	22	236
	Батон с маслом	40/5	3	4	19	127
	Чай	200	0	0	0	0
	Конфета	20	1	2	16	82
Завтрак 2	Йогурт	100	2,8	2,5	11	78
Обед	Суп борщ со сметаной на м/б	200	4	3	20	127
	Рис отварной	120	3,2	4,5	34,1	190
	Гуляш из сердца	80	17	7	9	171
	Огурец соленый	30	0	0	3	12
	Хлеб	60	5	1	27	137
	Отвар шиповника	200	0,1	0,08	8,6	37
Полдник	Сухарики	40	3,4	4,4	26,4	186,5
	Молоко кипяченое	200	5	6	9,4	106
Ужин	Трещка отварная с говядиной тушеной	140	8,22	5	17,31	142
	Чай	200	0	0	0	0
	Груша	100	0,6	0,45	15,4	70,5
Энергетическая ценность за день					1702,0 ккал.	

Заведующий *Подтележникова Л.Т.* Подтележникова Л.Т.