

МАДОУ «Детский сад № 173 «Росинка»

МЕНЮ НА 11 октября 2023

	Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Завтрак	Каша ячневая молочная (крупа ячневая, сахар, соль йод, молоко, масло слив.)	200	3	4	25	151
	Батон с маслом	40/5	3	4	19	127
	Чай	200	0	0	0	0
		445				278
Завтрак 2	Снежок	100	2,5	2,5	11	78
Обед	Суп маннйй на м/б (крупа манная, курица, лук, морковь, соль йод., том.паста)	200	5	5	11	113
	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив., соль йод.)	120	4	5	26	169
	Курица порционная (курица, соль йод., чеснок)	80	20	20	0	263
	Икра кабачковая	30	2	3	2	36
	Хлеб йодированный 1 сорт	60	5	1	27	137
	Компот из сухофруктов (смесь компотная, сахар, витамин С)	200	0	0	15	60
		690				778
Полдник	Булочка с повидлом (мука в/с, сахар, дрожжи, соль йод, масло подс., повидло)	65	5	2	60	280
	Чай	200	0	0	0	0
		265				280
Ужин	Каша гречневая молочная (гречка, сахар, масло слив., соль йод.)	200	8,1	9,4	28,2	231,4
	Чай	200	0	0	0	0
	Банан	200	3	1	46	211
		500				442,4
Энергетическая ценность за день					1856,4 ккал.	



Заведующий

Подтележникова И.Г. Подтележникова И.Г.