

МАДОУ «Детский сад № 173 «Росинка»

МЕНЮ НА 30 октября 2023

	Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Завтрак	Каша манная молочная (манка, молоко, сахар, соль йод., масло слив.)	200	2	4	19	120
	Батон с маслом	40/5	3	4	19	127
	Чай	200	0	0	0	0
	Конфета шоколадная	20	0	1,5	16,3	81,6
		465				328,6
Завтрак 2	Снежок	100	2,8	2,5	11	78
Обед	Суп овощной на м/б (говядина на кости, капуста, картофель, зел. горошек, морковь, лук, том.паста, соль йод., масло подс.)	200	6	5	12	121
	Лепша отварная (мак изд., соль йод., масло слив.)	130	4	4	27	186,9
	Котлета мясная (говядина филе, хлеб, лук, соль йод.)	70	16	13	6	203
	Соус (лук, морковь, масло подс., соль йод., том.паста)	30	1	0	3	18
	Огурец соленый	40	0	0	1	5,2
	Хлеб 1 сорт йодир.	60	5	1	27	137
	Кисель	200	0	0	30	120
		710				773,1
Полдник	Сырники из творога (творог, сахар, мука в/с)	100	28,5	5,4	15,6	230
	Варенье	25	0,1	0	17	66,2
	Чай	200	0	0	0	0
		325				296,2
Ужин	Суп молочный с рисом (молоко, сахар, рис, масло слив.)	200	1,4	3,8	19,8	120
	Чай	200	0	0	0	0
	Апельсин	200	2	2	22	106
		600				226
Энергетическая ценность за день					1701,9 ккал.	



Заведующий

Подтележникова Т.Г.