

МАДОУ «Детский сад № 173 «Росинка»

МЕНЮ НА 29 января 2024

	Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Завтрак	Каша манная молочная (крупа манная, сахар, соль йод., молоко)	200	2	4,2	18,6	119,5
	Батон с маслом (батон столовый, масло слив.)	40/5	3	4	19	127
	Чай	200	0	0	0	0
		445				246,5
Завтрак 2	Снежок	100	2,8	2,5	11	78
Обед	Суп щи со сметаной на м/б (говядина на кости, капуста свежая, лук, морковь, соль йод.)	200	5	8	11	136
	Гречка отварная (крупа гречневая, соль йод., масло сливочное)	130	7,4	6	33,6	218
	Котлета мясная (филе говядины т/ч, соль йод., хлеб 1 сорт йод., лук)	70	16	13	6	203
	Огурец соленый	40	0	0	1	5,2
	Соус (лук, морковь, масло подсолнечное, том.паста, мука в/с, соль йод.)	30	1	1	3	18
	Хлеб йодированный 1 сорт	60	5	1	27	137
	Компот из изюма (изюм сушеный, сахар, витамин С)	200	0	0	25	104
		710				818,4
Полдник	Баранка ароматная	50	5	4	36	195
	Чай	200	0	0	0	0
		250				195
Ужин	Запеканка творожная (творог, манка, сахар, яйцо 1 категории, молоко)	100	38	16	14	358
	Сгущенное молоко	25	2	2	14	82
	Чай	200	0	0	0	0
	Груша	100	1	0	15	71
		425				511
Энергетическая ценность за день					1848,9 ккал.-	



Заведующий *Подтележникова Т.Т.*