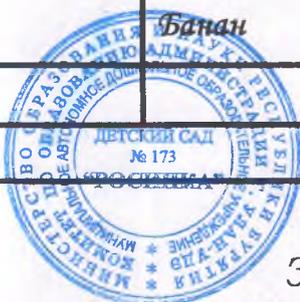


МАДОУ «Детский сад № 173 «Росинка»

МЕНЮ НА 07 февраля 2024

| | Наименование блюда | Масса порции, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|-----------|---|-----------------|----------|---------|---------------------------------|--------------------|
| Завтрак | Каша геркулесовая молочная (геркулес, молоко, масло слив., соль йод., сахар) | 200 | 4 | 6 | 23 | 158 |
| | Батон с маслом | 40/5 | 3 | 4 | 19 | 127 |
| | Чай | 200 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | 445 | | | | 285 |
| Завтрак 2 | Йогурт | 100 | 2,8 | 2,5 | 11 | 78 |
| Обед | Суп картофельный с макар. изд. на м/б (курица, картофель, макар. изд., лук, морковь, том. паста, соль йод.) | 200 | 5 | 5 | 11 | 113 |
| | Перловка отварная (перловка, масло слив, соль йод.) | 130 | 4 | 0 | 27 | 131 |
| | Курица порционная (курица, соль йод., чеснок) | 90 | 20 | 20 | 0 | 263 |
| | Соус (лук, морковь, том паста, масло подг, мука) | 30 | 1 | 0 | 3 | 18 |
| | Огурец свежий | 40 | 0 | 0 | 1 | 5 |
| | Хлеб | 60 | 5 | 1 | 27 | 137 |
| | Компот из изюма (изюм, сахар, витамин С) | 200 | 0 | 0 | 25 | 104 |
| | | 750 | | | | 771 |
| Полдник | Печенье | 40 | 2,6 | 4 | 28 | 158,6 |
| | Чай | 200 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | 240 | | | | 158,6 |
| Ужин | Каша пшеничная молочная (пшено, молоко, сахар, соль, масло слив.) | 200 | 8 | 10 | 34 | 259 |
| | Чай с сахаром | 200 | 1 | 1 | 1 | 48 |
| | Банан | 200 | 3 | 1 | 46 | 211 |
| | | 500 | | | | 797,1 |
| | | | | | Энергетическая ценность за день | 1800,7 ккал. |



Заведующий

Подтележникова Т.Г.