

МАДОУ «Детский сад № 173 «Росинка»

МЕНЮ НА 13 февраля 2024

	Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Завтрак	Каша пшеничная молочная (пшено, молоко, сахар, соль йод.)	200	8	10	34	259
	Батон с маслом	40/5	3	4	17	114
	Чай с лимоном и сахаром	200	0	0	15	62
		445				373
Завтрак 2	Йогурт	100	2,8	2,5	11	78
Обед	Суп щи со сметаной на м/б (говядина на кости, капуста, картофель, лук, морковь, том.паста, масло подс., соль йод, сметана, укроп)	200	5	8	11	136
	Позы «Домашние» (гов.филе, соль йод, лук, мука, яйцо)	100	41,8	33,1	49,9	366,6
	Кукуруза консерв.	40	0,8	0	4,4	20,8
	Хлеб 1 сорт йодированный	60	5	1	27	137
	Чай с молоком	200	2,86	3	16,46	104,8
		710				765,2
Полдник	Ром-баба	100	4,4	7,9	63,3	337,9
	Чай	200	0	0	0	0
		300				337,9
Ужин	Лапша отварная со сливочным маслом (мак.изд, масло слив, соль йод.)	130	4	3	27	149
	Чай	200	0	0	0	0
	Груша	100	0,6	0,45	15,4	70,5
		430				219,5
Энергетическая ценность за день					1835,6 ккал.	



Заведующий

Т.Т.Т.

Подтележникова П.Т.