

МАДОУ «Детский сад № 173 «Росинка»

МЕНЮ НА 13 марта 2024

| | Наименование блюда | Масса порции, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|---------------------------------|---|-----------------|----------|---------|--------------|--------------------|
| Завтрак | Каша манная молочная (манка, сахар, молоко, соль йод.) | 200 | 2 | 4,2 | 18,6 | 119,5 |
| | Батон с маслом | 40/5 | 3 | 4 | 19 | 127 |
| | Какао с молоком | 200 | 0 | 0 | 16 | 69 |
| | | 445 | | | | 315,5 |
| Завтрак 2 | Снежок | 100 | 2,8 | 2,5 | 11 | 78 |
| Обед | Суп с вермишелью на м/б (курица, картофель, макарон., лук, морковь, соль йод., укроп) | 200 | 4 | 4 | 17 | 126 |
| | Перловка отварная (перловка, масло слив., соль йод.) | 120 | 0 | 4 | 0 | 152 |
| | Курица порционная (курица, соль йод., чеснок) | 70 | 19,8 | 23,5 | 0,6 | 293,7 |
| | Соус сметанный (морковь, лук, масло подс., сметана, мука в/с, соль йод.) | 30 | 1 | 2 | 5 | 42 |
| | Помидор свежий | 30 | 0 | 0 | 1 | 7 |
| | Хлеб 1 сорт йодир. | 60 | 5 | 1 | 27 | 137 |
| | Компот из изюма (изюм, сахар, витамин С) | 200 | 1 | 0 | 25 | 104 |
| | | 680 | | | | 861,7 |
| Полдник | Печенье | 40 | 2,6 | 4 | 28 | 158,6 |
| | Молоко кипяченое | 200 | 3,4 | 4 | 6 | 103 |
| | | 240 | | | | 261,6 |
| Ужин | Сосиска в тесте (мука в/с, сахар, соль йод., дрожжи, яйцо, масло подс., сосиска молочная) | 120 | 19 | 19 | 28 | 360 |
| | Чай | 200 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Апельсин | 100 | 1 | 0 | 12 | 65 |
| | | 420 | | | | 425 |
| Энергетическая ценность за день | | | | | 1863,8 ккал. | |



Заведующий *Т.Т.Т.* Подтележникова Т.Т.