

МАДОУ «Детский сад № 173 «Росинка»

МЕНЮ НА 27 марта 2024

	Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
Завтрак	Каша ячневая молочная (крупа ячневая, сахар, соль йод, молоко, масло слив.)	200	3	4	25	151	
	Батон с маслом	40/5	3	4	19	127	
	Чай	200	0	0	0	0	
		445				278	
Завтрак 2	Снежок	100	2,5	2,5	11	78	
Обед	Суп с вермишнью на к/б (крупа манная, курица, лук, морковь, соль йод, том.паста)	200	5	5	11	113	
	Перловка отварная	65/65	2,1/2	2,3/1,6	16,4/10,5	95/86,1	
	Курица порционная (курица, соль йод, чеснок)	80	20	20	0	263	
	Икра кабачковая	40	1	3	2	47,6	
	Хлеб йодированный 1 сорт	60	5	1	27	137	
	Компот из сухофруктов (смесь компотная, сахар, витамин С)	200	0	0	15	60	
		710				801,7	
Полдник	Булочка с повидлом (мука в/с, сахар, дрожжи, соль йод, масло подс., повидло)	65	5	2	60	280	
	Чай	200	0	0	0	0	
		265				280	
Ужин	Каша гречневая молочная (гречка, сахар, масло слив., соль йод.)	200	8,1	9,4	28,2	231,4	
	Чай	200	0	0	0	0	
	Банан	200	3	1	46	211	
		500				442,4	
					Энергетическая ценность за день		1880,1 ккал.



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