

МАДОУ «Детский сад № 173 «Росинка»

МЕНЮ НА 04 апреля 2024

| | Наименование блюда | Масса порции, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|---------------------------------|---|-----------------|----------|---------|--------------|--------------------|
| Завтрак | Каша пшеничная молочная (пшено, сахар, соль йод., молоко) | 200 | 8 | 10 | 34 | 259 |
| | Батон с маслом | 40/5 | 3 | 4 | 17 | 114 |
| | Чай | 200 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | 445 | | | | 373 |
| Завтрак 2 | Чай, Вафля | 20 | 2,8 | 2,5 | 4 | 51 |
| Обед | Суп рассольник со сметаной на м/б (говядина на кости, перловка, морковь, картофель, лук, масло подс., огурец сол., том.паста, соль йод., сметана) | 200 | 6 | 8 | 12 | 139 |
| | Лапша отварная (мак.изд., соль йод., масло слив.) | 130 | 4 | 3 | 27 | 149 |
| | Котлета мясная (филе говядины з/ч, соль йод., хлеб йодированный 1 сорт) | 70 | 16 | 13 | 6 | 203 |
| | Соус (лук, морковь, том.паста, масло подс., мука) | 30 | 1 | 0 | 3 | 18 |
| | Икра кабачковая | 40 | 1 | 3 | 2 | 47,6 |
| | Хлеб йодированный 1 сорт | 60 | 5 | 1 | 27 | 137 |
| | Компот из изюма (изюм, сахар, витамин С) | 200 | 0 | 0 | 25 | 104 |
| | | 730 | | | | 797,6 |
| Полдник | Булочка сахарная (мука в/с, сахар, соль йод., яйцо, дрожжи, молоко) | 55 | 20 | 17 | 36 | 376 |
| | Чай | 200 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | 255 | | | | 376 |
| Ужин | Картофельное пюре (картофель, соль йод., молоко, масло слив.) | 130 | 4,2 | 4,6 | 32,9 | 190 |
| | Сельдь соленая | 40 | 4 | 8 | 26,6 | 169 |
| | Чай | 200 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Яблоко | 100 | 0 | 0 | 5,5 | 52 |
| | | 470 | | | | 411 |
| Энергетическая ценность за день | | | | | 2008,6 ккал. | |



И.О. Заведующего

Санталова Т.К.