

МАДОУ «Детский сад № 173 «Росинка»

МЕНЮ НА 12 июля 2024

	Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Завтрак	Каша пшеничная молочная	200	8	10	34	259
	Батон с маслом	40/5	3	4	17	114
	<u>Какао с молоком</u>	200	0	0	16	69
Завтрак 2	Йогурт	100	2,8	2,5	11	78
Обед	Суп свекольник со сметаной на м/б	200	6	6	17	145
	Рис отварной	130	3	5	34	190
	Шефтели мясные	80	15	12,8	0,8	178,5
	Зеленый горошек	40	2	0	2	17
	Соус	30	1	1	3	18
	Хлеб	60	5	1	27	137
	Компот из чернослива	200	0	0	18	60
Полдник	Вафли	40	2	4	32	164
	Чай	200	0	0	0	0
Ужин	Картофель с говядиной тушеной	200	3	0,6	24,5	215,5
	Чай	200	0	0	0	0
	Банан	200	3	1	46	211
Энергетическая ценность за день					1856,0 ккал.	



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