

МАДОУ «Детский сад № 173 «Росинка»

МЕНЮ НА 30 сентября 2024

| | Наименование блюда | Масса порции, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|---------------------------------|--|-----------------|----------|---------|--------------|--------------------|
| Завтрак | Каша манная молочная (манка, молоко, сахар, соль йод., масло слив.) | 200 | 2 | 4 | 19 | 120 |
| | Батон с маслом | 40/5 | 3 | 4 | 19 | 127 |
| | Чай | 200 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Конфета шоколадная | 20 | 0 | 1,5 | 16,3 | 81,6 |
| | | 465 | | | | 328,6 |
| Завтрак 2 | Снежок | 100 | 2,8 | 2,5 | 11 | 78 |
| Обед | Суп овощной на м/б (говядина на кости, капуста, картофель, зел. горошек, морковь, лук, том.паста, соль йод., масло подс.) | 200 | 6 | 5 | 12 | 121 |
| | Лепешка отварная (мак,изд.,соль йод.,масло слив.) | 130 | 4 | 4 | 27 | 186,9 |
| | Котлета мясная (говядина филе, хлеб, лук, соль йод.) | 70 | 16 | 13 | 6 | 203 |
| | Соус (лук, морковь, масло подс., соль йод., том.паста) | 30 | 1 | 0 | 3 | 18 |
| | Огурец соленый | 40 | 0 | 0 | 1 | 5,2 |
| | Хлеб 1 сорт йодир. | 60 | 5 | 1 | 27 | 137 |
| | Кисель | 200 | 0 | 0 | 30 | 120 |
| | | 710 | | | | 773,1 |
| Полдник | Сырники из творога (творог, сахар, мука в/с) | 100 | 28,5 | 5,4 | 15,6 | 230 |
| | Сгущенное молоко | 25 | 2 | 2 | 14 | 82 |
| | Чай | 200 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | 325 | | | | 312 |
| Ужин | Суп молочный с рисом (молоко, сахар, рис, масло слив.) | 200 | 1,4 | 3,8 | 19,8 | 120 |
| | Чай | 200 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Апельсин | 200 | 2 | 2 | 22 | 106 |
| | | 600 | | | | 226 |
| Энергетическая ценность за день | | | | | 1717,7 ккал. | |



Заведующий

Подпись

Подтележникова Т.Г.