МАДОУ «Детский сад № 173 «Росинка»

МЕНЮ НА 09 октября 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 манный на м/б (крупа манная, курица, лук, морковь, соль йод., том.паста)	200	5	5	11	113
	Сложный гарнир (карт.пюре, капуста тушеная) (картофель,молоко, масло слив., соль йод., капуста, масло подс,соль йод,том.паста,лук,морковь,)	65/65	2,1/2	2,3/1,6	!6,4/10,5	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 Подтележникова Т.Г.