

МАДОУ «Детский сад № 173 «Росинка»

МЕНЮ НА 09 декабря 2024

	Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Завтрак	Каша ячневая молочная (ячка, молоко, сахар, соль йод.)	200	3	4	25	151
	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				359,6
Завтрак 2	Снежок	100	2,8	2,5	11	78
Обед	Суп гороховый на м/б (говядина на кости, горох, лук, морковь, картофель, соль йод.,масло подс.)	200	11	6	27	204
	Рис отварной (рис,масло слив.,соль йод.)	130	3,2	4,5	34,1	190
	Шефтелея мясная (говядина, лук,морковь,масло под, соль йод.,мука, том.паста)	90	16	23	5	188
	Огурец соленый	40	0	0	4	16
	Хлеб йодир. 1 сорт	60	5	1	27	158,2
	Компот из сухофруктов (смесь из сухофруктов, сахар, витамин С)	200	0	0	30	60
		700				844,2
Полдник	Запеканка творожная (творог,сахар,яйцо 1кат.,манка,молоко)	100	38	16	14	358
	Сгущенное молоко	25	2	2	14	82
	Чай	200	0	0	0	0
		325				440
Ужин	Гречка отварная с говядиной тушеной (гречка, говядина тушеная.)	150	9	11	1	201
	Вафля	20	10	8,5	18	188
	Чай	200	0	0	0	0
	Апельсин	150	2	0	16	86
		462				526
Энергетическая ценность за день					2168,8 ккал.	

Заведующий



Подтележникова Т.Т.