

МАДОУ «Детский сад № 173 «Росинка»

МЕНЮ НА 12 декабря 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	Кефир	100	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
	Гречка отварная (гречка, соль йод., масло слив.)	130	7,4	6	33,6	218
	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				866.6
Полдник	Ромовая баба	100	4,4	7,9	63,3	337,9
	Чай	200	0	0	0	0
		255				337.9
Ужин	Лепешка отварная (мак,из.соль йод., масло слив.)	130	4	3	27	149
	Печень по-строгановски	90	17	7	9	171
	Чай	200	0	0	0	0
	Мандарин	100	1	0,2	7,5	38
		470				358
Энергетическая ценность за день					1986,5 ккал.	

Заведующий

Подтележникова П.Г.