

МАДОУ «Детский сад № 173 «Росинка»

МЕНЮ НА 24 марта 2025

| | Наименование блюда | Масса порции, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|---------------------------------|--|-----------------|----------|---------|--------------|--------------------|
| Завтрак | Каша манная молочная (крупа манная, сахар, соль йод., молоко) | 200 | 2 | 4.2 | 18,6 | 119,5 |
| | Батон с маслом (батон столовый, масло слив.) | 40/5 | 3 | 4 | 19 | 127 |
| | Чай | 200 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | 445 | | | | 246,5 |
| Завтрак 2 | Отвар из шиповника | 200 | 0,24 | 0,11 | 18,3 | 76,2 |
| Обед | Суп щи со сметаной на м/б (говядина на кости, капуста свежая, лук, морковь, соль йод.) | 200 | 5 | 8 | 11 | 136 |
| | Гречка отварная (крупа гречневая, соль йод., масло сливочное) | 130 | 7,4 | 6 | 33,6 | 218 |
| | Котлета мясная (филе говядины т/ч, соль йод., хлеб 1 сорт йод., лук) | 70 | 16 | 13 | 6 | 203 |
| | Огурец соленый | 40 | 0 | 0 | 1 | 5,2 |
| | Соус (лук, морковь, масло подсолнечное, том.паста, мука в/с, соль йод.) | 30 | 1 | 1 | 3 | 18 |
| | Хлеб йодированный 1 сорт | 60 | 5 | 1 | 27 | 137 |
| | Компот из изюма (изюм сушеный, сахар, витамин С) | 200 | 0 | 0 | 25 | 104 |
| | | 710 | | | | 818,4 |
| Полдник | Баранка | 50 | 5 | 4 | 36 | 195 |
| | Чай | 200 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | 250 | | | | 195 |
| Ужин | Запеканка творожная (творог, манка, сахар, яйцо 1 категории, молоко) | 100 | 38 | 16 | 14 | 358 |
| | Сгущенное молоко | 25 | 2 | 2 | 14 | 82 |
| | Чай | 200 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Яблоко | 100 | 0 | 0 | 5,5 | 52 |
| | | 425 | | | | 492 |
| Энергетическая ценность за день | | | | | 1828,1 ккал. | |



Заведующий

Подпись

Подтележникова Т.Г.