

МАДОУ «Детский сад № 173 «Росинка»

МЕНЮ НА 28 марта 2025

	Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Завтрак	Каша геркулесовая молочная (геркулес, сахар, соль йод., молоко)	200	3,6	5,8	22,8	158,1
	Батон с маслом	40/5	3	4	19	127
	Чай	200	0	0	0	0
		245				285,1
Завтрак 2	Кефир	100	3	2,5	4	51
Обед	Суп свекольник на м/б со сметаной (говядина на кости, свекла, картофель, морковь, лук, том.паста, соль йод., масло подс.)	200	6	6	17	145
	Перловка отварная (перловка, масло слив, соль йод.)	130	4	0	27	131
	Туляш из сердца (сердце гов., лук, морковь, том.паста, масло подс., мука, соль йод.)	90	17	7	9	171
	Огурец свежий	40	0	0	1	5
	Хлеб йодированная 1 сорт	60	5	1	27	137
	Отвар из шиповника (шиповник, сахар)	200	0	0	15	60
		720				737
Полдник	Блинчик	55	4	3	36	390
	Сгущенное молоко	25	2	3	23	106
	Чай	200	0	0	0	0
		280				496
Ужин	Омлет натуральный	100	10	18	1	203
	Чай	200	0	0	0	0
	Труша	100	0	0	15	70,5
		400				273,5
Энергетическая ценность за день					1842,6 ккал.	



Заведующий

Подпись

Подтележникова Т.Т.