

# МАДОУ «Детский сад № 173 «Росинка»

МЕНЮ НА 01 апреля 2025

|                                 | Наименование блюда                                                                                          | Масса порции, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийный ккал |
|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|----------|---------|-------------|-----------------|
| Завтрак                         | Каша манная молочная (рис, сахар, соль йод., молоко)                                                        | 200             | 7        | 9       | 42          | 276             |
|                                 | Батон с маслом                                                                                              | 40/5            | 3        | 4       | 19          | 127             |
|                                 | Чай                                                                                                         | 200             | 0        | 0       | 0           | 0               |
|                                 |                                                                                                             | 445             |          |         |             | 403             |
| Завтрак 2                       | Йогурт                                                                                                      | 100             | 2,8      | 2,5     | 11          | 78              |
| Обед                            | Суп пшеничный на м/б (пшено, говядина на кости, картофель, лук, морковь, том.паста, масло подс., соль йод.) | 200             | 4        | 4       | 17          | 126             |
|                                 | Картофельное пюре (картофель, соль йод., масло слив., молоко)                                               | 130             | 4,2      | 4,6     | 32,9        | 190             |
|                                 | Котлета рыбная (филе минтая, лук, соль йод., хлеб йод.1 сорт)                                               | 70              | 21       | 4       | 10          | 160             |
|                                 | Соус (лук, морковь, том.паста, масло подс., мука)                                                           | 30              | 1        | 0       | 3           | 18              |
|                                 | Кукуруза консер.                                                                                            | 40              | 0,8      | 0       | 4,4         | 20,8            |
|                                 | Хлеб йодированный 1 сорт                                                                                    | 60              | 5        | 1       | 27          | 137             |
|                                 | Компот из чернослива (чернослив, сахар, витамин С)                                                          | 200             | 0        | 0       | 15          | 60              |
|                                 |                                                                                                             | 730             |          |         |             | 711,8           |
| Полдник                         | Торжачий бутерброд с сыром (батон,масло слив., сыр)                                                         | 55              | 7        | 9       | 19          | 183             |
|                                 | Чай с сахаром и лимоном                                                                                     | 200             | 0        | 0       | 15          | 62              |
|                                 |                                                                                                             | 255             |          |         |             | 245             |
| Ужин                            | Каша гречневая с сахаром (гречка, масло слив., соль йод, сахар)                                             | 200             | 9,9      | 17,9    | 0,6         | 272,2           |
|                                 | Чай                                                                                                         | 200             | 0        | 0       | 0           | 0               |
|                                 |                                                                                                             | 400             |          |         |             | 272,2           |
| Энергетическая ценность за день |                                                                                                             |                 |          |         | 1760 ккал.  |                 |



Заведующий

*Подпись*

Подтележникова П.Г.