

МЯДОУ «Детский сад № 173 «Росинка»

МЕНЮ НА 10 апреля 2025

	Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Завтрак	Каша геркулесовая молочная (геркулес, сахар, соль йод., молоко)	200	4	6	23	158
	Батон с маслом	40/5	3	4	17	114
	Чай	200	0	0	0	0
		445				272
Завтрак 2	Кефир	100	2,8	2,5	11	51
Обед	Суп свекольник со сметаной на м/б (говядина на кости, свекла, картофель, лук, морковь, том.паста, соль йод., сметана)	200	6	6	17	145
	Рис отварной (рис, соль йод., масло слив.)	120	3,2	4,5	31,1	175
	Шефтеля мясная (филе говядины, лук, хлеб, соль йод., чеснок, рис)	80	15	13	1	179
	Соус (морковь, лук, том.паста, мука в/с, соль йод.)	30	1	0	3	18
	Огурец свежий	30	0	0	1	3
	Хлеб 1 сорт йодир.	60	5	1	27	137
	Компот из чернослива (чернослив, сахар, витамин С)	200	0	0	15	60
		710				717
Полдник	Хачапури с сыром (мука в/с, дрожжи, масло подс., яйцо, сахар, соль йод., сыр)	70	26	25	29	452
	Чай	200	0	0	0	0
		270				452
Ужин	Картофельное пюре (картофель, соль йод., молоко, масло слив.)	120	4	5	26	169
	Сельдь соленая	40	4	8	0	80
	Чай	200	0	0	0	0
	Яблоко	100	1	1	15	71
		460				320
Энергетическая ценность за день					1812 ккал.	



Заведующий

Подпись

Подтележникова Т.Т.