

МАДОУ «Детский сад № 173 «Росинка»

МЕНЮ НА 30 апреля 2025

	Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
Завтрак	Каша геркулесовая молочная (геркулес, молоко, масло слив., соль йод., сахар)	200	4	6	23	158
	Батон с маслом	40/5	3	4	19	127
	Чай	200	0	0	0	0
		445				285
Завтрак 2	Йогурт	100	2,8	2,5	11	78
Обед	Суп картофельный с маж. изд. на м/б (курица, картофель, маж. изд., лук, морковь, том. паста, соль йод.)	200	5	5	11	126
	Гречка отварная (гречка, масло слив., соль йод.)	130	7,4	6	33,6	218
	Курица порционная (курица, соль йод., чеснок)	90	20	20	0	293,7
	Соус (лук, морковь, том. паста, масло подсолнечное)	30	1	0	3	38
	Огурец свежий	40	0	0	1	5
	Хлеб	60	5	1	27	158,2
	Отвар из шиповника (шиповник, сахар)	200	0,1	0,08	8,6	37
		750				825,2
Полдник	Печенье	40	2,6	4	28	158,6
	Чай	200	0	0	0	0
		240				158,6
Ужин	Омлет натуральный (яйцо, соль йод., молоко, масло подсолнечное)	100	10	18	1	203
	Чай с сахаром	200	1	1	1	48
	Груша	100	0,6	0,45	15,4	70,5
		400				656,6
Энергетическая ценность за день					1719,0 ккал.	



Заведующий

Подпись

Подтележникова Т.Т.