

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

МАДОУ «ЦРР-детский сад № 116» г. Сыктывкара			Неделя 2			День: 16.07.2024	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Каша ячневая молочная	200	7	7	40	247	261
	Какао с молоком	180	4	3	21	125	508
	Хлеб пшеничный	40	3		20	94	114
	Масло сливочное	5		4		37	111
Итого за Завтрак		425	14	14	81	503	
Завтрак второй							
	фрукт	100			10	47	118
Итого за Завтрак второй		100			10	47	
Обед							
	Рассольник ленинградский	200	5	11	52	150	139
	Картофельное пюре	130	3	6	14	120	434
	Пудинг из говяжьей печени	70	15	14	1	184	387
	св.огурец(помидор)	50			1	7	112
	Компот из смеси сухофруктов	180	1		21	101	527
	Хлеб ржаной	50	3	1	17	87	115
Итого за Обед		680	28	35	109	688	
Полдник							
	Молоко кипячёное	200	6	6	9	117	534
	Булочка дорожная	60	4	8	34	226	584
Итого за Полдник		260	10	14	43	343	
Ужин сад							
	Капуста тушёная	130	5	5	5	82	428
	Тефтели рыбные	70	9	5	9	121	355
	Соус молочный	50	2	5	5	70	
	Чай с сахаром	180			14	54	502
	Хлеб пшеничный	40	3		20	94	114
Итого за Ужин сад		450	19	15	53	421	
Итого за день		1915	71	78	296	2004	