

Ежедневное меню (с 1,5 до 3 лет)

| ДОО | МАДОУ «ЦРР-детский сад № 116» г. Сыктывкара | | | Дата | 21.05.2024 | |
|------------|---|----------|--------------|-------|------------|----------|
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | Каша «Дружба» | 200 | 247 | 7 | 7 | 40 |
| | Какао с молоком | 150 | 104 | 3 | 3 | 18 |
| | Хлеб пшеничный с маслом | 30/5 | 71/37 | 2/0 | 4 | 73 |
| Завтрак 2 | фрукт | 100 | 86 | 2 | 1 | 19 |
| Обед | Рассольник ленинградский | 150 | 22 | 1 | 2 | 8 |
| | Картофельное пюре | 110 | 92 | 2 | 4 | 11 |
| | Пудинг из говядины | 60 | 180 | 15 | 13 | 2 |
| | Свекла отварная | 50 | 5 | | | 1 |
| | Компот из сухофруктов | 150 | 82,5 | 0,4 | | 20 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 70 | 3 | | 13 |
| Полдник | Молоко кипяченое | 150 | 88 | 4 | 5 | 7 |
| | Булочка дорожная | 60 | 226 | 4,2 | 8,3 | 33,5 |
| Ужин | Капуста тушеная | 110 | 63 | 4 | 4 | 4 |
| | Тефтели рыбные в молочном соусе | 60/50 | 72,6 | 5,2 | 3,2 | 5,8 |
| | Чай сладкий | 150 | 45 | | | 11 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 71 | 2 | | 15 |