

Ежедневное меню (с 1,5 до 3 лет)

ДОО	МАДОУ «ЦРР-детский сад № 116» г. Сыктывкара			Дата	17.03.2023	
Прием пищи	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Каша манная	200	222	6	8	31
	Кофе с молоком	150	68	2		15
	Хлеб пшеничный с маслом	30/5/	131	3	4	15
Завтрак 2	фрукт	90	43			9
Обед	Свекольник	150	55,2	1,3	2,7	7,2
	Голубцы ленивые	120	150	10,2	10	4,8
	Соус томатный	30	19,7	0,32	1,12	2,08
	Компот из сухофруктов	150	82,5	0,4		20
	Хлеб ржаной	40	70	3		13
Полдник	Молоко кипяченое	150	88	4	5	7
	печенье	20	83	2	2	15
Ужин	Картофельное пюре	100	92	2	4	11
	Хлебцы рыбные	60	71,4	8,5	2,6	3,5
	Салат из свеклы	40	52,4	0,6	4	3,4
	Чай сладкий	150	45			11,7
	Хлеб пшеничный	30	71	2		15