

Ежедневное меню (с 1,5 до 3 лет)

ДОО	МАДОУ «ЦРР-детский сад № 116» г. Сыктывкара			Дата	<i>15.09.2023</i>	
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 и сыром	30/5/10	34	6	3	29
Завтрак 2	Сок	90	69	1		15
Обед	Суп картофельный с крупой	150	65	1	4	8
	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
	Фрукт	70	33			7
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