

Ежедневное меню (с 1,5 до 3 лет)

ДОО	МАДОУ «ЦРР-детский сад № 116» г. Сыктывкара			Дата	23.01.2024	
Прием пищи	Наименование блюда	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Каша рисовая	200	229	6	6	32
	Какао с молоком	150	104	3	3	18
	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	30/5	142	5	7	15
Завтрак 2	фрукт	90	86	2	1	19
Обед	Суп картофельный с бобовыми	150	99	2	4	14
	Картофельное пюре	100	92	2	4	11
	Оладьи из печени/печень по-строгановски	60	180/145	15/10	13/6	2/6
	Салат из квашеной капусты с луком	40	50	1	4	1
	Компот из сухофруктов	150	82,5	0,4		20
	Хлеб ржаной	40	70	3		13
Полдник	Молоко кипяченое	150	88	4	5	7
	Печенье	15	63	1	1	11
Ужин	Винегрет	150	195	2	16	10
	Котлета рыбная	60	67,8	8,3	1,3	5,8
	Соус молочный	50	70	2	5	5
	Чай сладкий	150	45			11
	Хлеб пшеничный	30	71	2		15