

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

ДОО	МАДОУ «Детский сад №51 общеразвивающего вида» г. Сыктывкар			Дата	13.01.25.	
Прием пищи:	Наименование блюда, состав, № тех./кар.:	Выход, г.:	Калорийность:	Белки:	Жиры:	Углеводы:
Завтрак	1.Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая тех/кар № 162	180	169	6	5	25
	2.Какао с молоком тех/кар №387	180	69	1	1	14
	3.Хлеб пшеничный	40	94	3	-	20
	4.Масло сливочное	5	37	-	4	-
Завтрак 2	1.Сок тех/кар №408	100	46	1	-	10
	1.Суп из овощей/сметана тех/кар №66	180	79	2	4	8
	2.Плов из отварной курицы тех/кар № 289	120	165	3	5	28
	3.Салат из квашенной капусты с луком тех/кар №33	35	163	12	9	7
	4.Соус томатный тех/кар № 354	30	24	-	2	1
	5.Компот из смеси сухофруктов тех/кар №399	180	101	1	1	25
	6. Хлеб ржаной.	40	87	3	-	17
Полдник	1.Молоко кипяченое тех/кар №405	200	120	6	6	10
	2.Шанежка наливная с яйцом тех/кар № 459	50	191	3	6	31
Ужин	1.Салат из моркови тех/кар №6	50	63	5	5	-
	2.Зразы творожные тех/кар № 206	120	233	3	12	28
	3.Кисель из свежих ягод тех/кар № 396	180	55	-	-	13
	4. Хлеб пшеничный	40	94	3	-	20

Директор

Е. К. Ковалёва