

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

ДОО	МАДОУ «Детский сад №51 общеразвивающего вида» г. Сыктывкар			Дата	15.01.2025	
Прием пищи:	Наименование блюда, состав, № тех./кар.:	Выход, г.:	Калорийность:	Белки:	Жиры:	Углеводы:
Завтрак	1.Каша молочная ячневая вязкая тех/кар №168	180	177	7	4	29
	2.Чай с молоком(1-й вариант) тех/кар №384	180	72	2	-	16
	3.Хлеб пшеничный	40	71	2	-	15
	4. Масло сливочное	5	30	-	3	-
Завтрак 2	1.Сок тех/кар №408	100	46	1	-	10
Обед	1.Суфле из печени тех/кар №52/9	60	29	1	2	2
	2.Уха с крупой тех/кар №158	180	120	4	5	13
	3.Каша гречневая рассыпчатая тех/кар №297	100	659	14	61	14
	4.Компот из плодов или ягод сушеных (курага) тех/кар № 403	180	82	-	-	20
	5.Хлеб ржаной	50	87	3	1	17
	6.Салат из свеклы с чесноком тех/кар №40	55	29	1	2	2
	7.Соус томатный тех/кар №354	30	24	-	2	1
Полдник	1.Молоко, кипяченое тех/кар №405	200	120	6	6	10
	2.Повидло	30	80	-	-	21
	3.Батон	20	94	3	-	20
Ужин	1.Запеканка из творога тех/кар №195	150	94	13	4	2
	2.Молоко сгущенное жирностью 8,5% тех/кар №346	30	80	2	4	3
	3.Кисель из свежих ягод тех/карта №396	180	149	1	-	36
	4. Салат из моркови тех/кар№6	50	215	5	17	12
	5.Хлеб пшеничный	40	94	3	-	20

Директор

Е. К. Ковалёва