

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

ДОО	МАДОУ «Детский сад №51 общеразвивающего вида» г. Сыктывкар			Дата	16.01.25.	
Прием пищи:	Наименование блюда, состав, № тех./кар.:	Выход, г.:	Калорийность:	Белки:	Жиры:	Углеводы:
Завтрак	1.Каша Дружба тех/кар №155	180	79	2	5	7
	2.Какао с молоком (1 вариант) тех/кар № 387	180	106	2	-	23
	3.Хлеб пшеничный	40	94	3	-	20
	4.Масло сливочное	5	37	-	4	-
	5. Сыр полутвердый порционный	10	34	3	3	-
Завтрак 2	1.Бананы	100	36	-	-	8
	1.Суп из овощей с фасолью тех/карта №148	180	96	5	5	7
	2.Капуста тушеная тех/кар №311	120	180	2	6	31
	3. Тефтели из говядины и рисом тех/кар №267	75	109	8	4	11
	4.Компот из свежих плодов или ягод тех/кар №398	180	55	-	-	13
	5.Хлеб ржаной	50	87	3	1	17
Полдник	1.Снежжка	200	95	6	4	8
	2.Вафли	50	183	3	2	38
Ужин	1.Котлеты рыбные любительские тех/кар №227	70	61	1	5	5
	2.Картофель отварной тех/кар №314	140	237	21	7	22
	3.Сок тех/кар №408	180	42	7	2	12
	4.Хлеб пшеничный	40	94	3	-	20

Директор

Е. К. Ковалёва