

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

ДОО	МАДОУ НМО «Детский сад общеразвивающего вида №11 «Рябинушка»			Дата 15.05.2025 г			№ рецептуры:
Прием пищи:	Наименование блюда, состав:	Выход, г (вес)	Энергетическая ценность (Калорийность):	Пищевые вещества (г):			
				Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Омлет натуральный <i>Молоко, яйцо, масло сл</i>	80	178	5,8	7,0	22,9	160
	Повидло	20/15	78	2,1	4,4	7,6	10
	Хлеб пшеничный	20/20	111	1,5	0,3	25,6	114
	Чай с молоком <i>Саха р (песок), заварка молоко</i>	170	105	3,0	2,3	18,1	253
2 Завтрак	Отвар шиповника <i>Шиповник, сахар</i>	140					
Обед	Салат Степной <i>Картофель, морковь, лук, горошек конс, масло рас</i>	60					
	Свекольник со сметаной <i>Картофель, морковь, лук, свекла, сметана, кура</i>	200/5	117	5,6	5,9	10,3	
	Кура порционно	80	168	9,8	9,4	11,2	498

2 Завтрак	Отвар шиповника <i>Шиповник, сахар</i>	130					
Обед	Салат степной <i>Картофель, морковь, лук, горошек конс, масло рас</i>	60					
	Свекольник со сметаной <i>Картофель, морковь, лук, свекла, кура, масло рас, сметана</i>	180/5	94	4,2	4,9	8,2	
	Кура порционно	70	126	7,4	7,0	8,4	498

	Макароньы отварные <i>Макароньы, масло сл</i>	120	53	1,4	1,5	8,4	520
	Компот из /ф <i>Сахар, с/ф</i>	120	71	0,1	0,1	17,5	631
	Хлеб ржаной	45	78	3	1	15	115
Полдник	Булочка Домашняя <i>Мука, сахар, масло сл, масло рас, яйцо, дрожжи</i>	70	144	4,2	3,5	23,9	296
	Молоко	150	43	0,1	0,0	10,6	685

