

МБДОУ д/с 35		20.06.2025 г
Меню детского сада (Сад)пт-2		
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
200	Каша рисовая молочная	Калорийность-243, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-38
	молоко питьевое пастеризованное с м.д.ж. 2.5% пак, крупа рисовая, сахар-песок	
38	Бутерброд с маслом	Калорийность-140, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-15
	батон пшеничный йодированный, масло сливочное обогащенное	
200	Какао с молоком	Калорийность-153, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-27
	молоко питьевое пастеризованное с м.д.ж. 2.5% пак, сахар-песок, какао-порошок	
	Итого за Завтрак	Калорийность-536, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-80
<u>Обед</u>		
200	Суп картофельный с вермишелью	Калорийность-83, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16
	картофель, морковь, лук репчатый, макаронные изделия яичные (вермишель), зелень, масло подсолнечное дп, лист лавровый	
70	Котлеты рубленые из птицы	Калорийность-214, Белки-13, Жиры-13, Углеводы-15
	цыплёнок-бройлера (тушка), молоко питьевое пастеризованное с м.д.ж. 2.5% пак, хлеб пшеничный 1с, сухари панировочные, масло сливочное обогащенное	
130	Свекла тушёная в сметане	Калорийность-132, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-13
	свекла, лук репчатый, сметана 15 %, масло сливочное обогащенное	
180	Компот из плодов свежих (яблоки) для детей раннего возраста	Калорийность-65, Углеводы-16
	яблоки, сахар-песок, кислота лимонная	
40	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-81, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16
	Итого за Обед	Калорийность-575, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-76
<u>Полдник</u>		
100	Омлет натуральный, запеченный	Калорийность-217, Белки-9, Жиры-15, Углеводы-2
	яйцо диетическое, молоко питьевое пастеризованное с м.д.ж. 2.5% пак, масло сливочное обогащенное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия	
50	Горошек зелёный консервированный	Калорийность-16, Белки-1, Углеводы-3
200	Кофейный напиток на молоке	Калорийность-126, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-21
	молоко питьевое пастеризованное с м.д.ж. 2.5% пак, сахар-песок, кофейный напиток дп	
20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта 30	Калорийность-52, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-10
20	Печенье	Калорийность-83,4 Белки0,0016 Углеводы-0,42
	Итого за Полдник	Калорийность-411, Белки-15, Жиры-19, Углеводы-36
<u>Ужин</u>		
149	Чай с сахаром 100	Калорийность-28, Углеводы-7
	сахар-песок, чай черный	
19	Хлеб пшеничный	Калорийность-51, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-10
	Итого за Ужин	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-17
	Итого за день	Калорийность-1 601, Белки-53, Жиры-59, Углеводы-209

стоимость дня 160,2 руб.