

Ежедневное меню (с 1,5 до 3 лет)

ДОО	МАДОУ «Детский сад № 35 общеразвивающего вида» г. Сыктывкара							Дата	05.05.2025
Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак									
	Каши	91	Каша пшеничная молочная жидкая	150	183	6	5	27	
	Напитки	512	Кофейный напиток на сгущенном молоке	180	25			5	
	Закуски	77	Батон	30	80	2	1	16	
		401	Масло сливочное	5	37		4		
	Закуска	267	Яйцо варёное вкрутую	20	79	7	6	1	
Завтрак 2									
	Напитки	130	Сок	100	46	1		10	
Обед									
	Салат	9	Салат квашеной капусты с луком	30	28		2	2	
	Супы	158	Суп картофельный с горохом	150	137	3	6	14	
	Гарниры	415	Курица в соусе с томатом	50	30	3	2	1	
	Гарниры	110	Каша гречневая рассыпчатая	130	226	8	7	6	
	Напитки	122	Компот из сухофруктов	180	97	1		24	
	Закуски	421	Хлеб ржаной	40	92	3		19	
Полдник									
	Напитки	142	Кефир	180	85	5	4	7	
	Закуски	420	Хлеб пшеничный	40	100	3		20	
	Кондитерское изделие	28	Повидло	10	163			41	
Ужин									
	Блюда из творога	330	Сырники из творога	140	85	5	4	7	
	Соус	452	Соус молочный сладкий	30	100	3		20	
	Напитки	505	Чай с сахаром	180	163			41	

Директор _____ И.В. Вурдова