

Ежедневное меню (с 1,5 до 3 лет)

ДОО	МАДОУ «Детский сад № 35 общеразвивающего вида» г. Сыктывкара							Дата	28.04.2025
Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак</b>									
	Каши	270	Каша ячневая вязкая	150	247	5	10	35	
	Напитки	512	Кофейный напиток на сгущённом молоке	180	25			5	
	Закуски	77	Батон	30	80	2	1	16	
		119	Масло сливочное	5	37		4		
	Закуски	267	Яйцо вареное вкрутую	20	79	7	6	1	
<b>Завтрак 2</b>									
	Напитки	130	Сок	100	46	1		10	
<b>Обед</b>									
	Салаты	9	Салат из квашеной капусты с луком	30	28		2	2	
	Супы	43	Суп-лапша домашняя	150	54	2	2	7	
	Гарниры	416	Плов из отварной птицы	160	449	22	27	25	
	Напитки	522	Компот из сухофруктов	180	97	1		24	
	Соусы	116	Соус томатный с маслом сливочным	30	21		1	3	
	Закуски	420	Хлеб ржаной	40	92	3		19	
<b>Полдник</b>									
	Напитки	142	Кефир	180	85	5	4	7	
	Закуска	420	Хлеб пшеничный	30	75	2		15	
	Кондитерское изделие	28	Повидло	10	163			41	
<b>Ужин</b>									
	Блюда из творога	335	Вареники ленивые	140	311	21	16	21	
	Соусы	452	Соус молочный сладкий	30	49	1	3	6	
	Напитки	505	Чай с сахаром	180	98			25	

Директор \_\_\_\_\_ И.В. Вурдова