

Ежедневное меню (с 1,5 до 3 лет)

ДОО	МАДОУ «Детский сад № 35 общеразвивающего вида» г. Сыктывкара							Дата	29.04.2025
Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак</b>									
	Каши	263	Каша гречневая молочная вязкая	150	21	1	1	2	
	Напитки	508	Какао с молоком	180	106	2	41	23	
	Закуски	77	Батон	30	80	2	1	16	
	Закуски	401	Масло сливочное	5	37		4		
<b>Завтрак 2</b>	Напитки	130	Сок	100	46	1		10	
<b>Обед</b>									
	Закуска	9	Огурец солёный долькой	30	28		2	2	
	Супы	43	Борщ с капустой и картофелем	150	86	4	1	13	
	Гарниры	327	Гуляш из свинины	50	129	5	8	6	
	Гарниры	441	Пюре картофельное	110	107	10	10	2	
	Напитки	122	Компот из сухофруктов	180	97	1		24	
	Закуски	421	Хлеб ржаной	40	92	3		19	
<b>Полдник</b>									
	Выпечка	402	Булочка Домашняя	50	235	3	6	33	
	Напитки	529	Молоко кипячённое	180	108	5	6	9	
<b>Ужин</b>									
	Блюдо из яйца	312	Омлет натуральный	100	82	5	6	3	
	Закуски	3	Зелёный горошек отварной	30	12	1		2	
	Напитки	505	Чай с сахаром	180	98			25	
	Закуски	420	Хлеб пшеничный	30	75	2		15	

Директор \_\_\_\_\_ И.В. Вурдова