

Ежедневное меню (с 3 до 7 лет)

ДОО	МАДОУ «Детский сад № 35 общеразвивающего вида» г. Сыктывкара							Дата	06.05.2025
Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак									
	Каши	67	Каша пшённая молочная	180	191	6	8	24	
	Напитки	508	Какао с молоком	200	94	3	3	14	
	Закуски	77	Батон	40	106	3	1	21	
	Закуски	401	Масло сливочное	10	75		8		
Завтрак 2									
	Фрукты	501	Сок	100	46	1		10	
Обед									
	Закуска	8	Огурец солёный долькой	50	18	1		2	
	Супы	145	Свекольник	180	147	3	6	15	
	Гарниры	338	Котлета куриная	70	166	7	11	9	
	Гарнир	377	Пюре картофельное	130	126	3	6	12	
	Соус	419	Соус томатный с маслом сливочным	50	36	1	2	5	
	Напитки	122	Компот из сухофруктов	200	108	1		27	
	Закуски	421	Хлеб ржаной	50	115	4	1	24	
Полдник									
	Напитки	529	Молоко кипячёное	200	120	6	6	10	
	Выпечка		Булочка Домашняя	40	100	3		20	
Ужин									
Закуска	Закуска		Зелёный горошек отварной	50	20	2		3	
	2 блюдо	268	Омлет натуральный	180	148	9	10	5	
	Напитки	457	Чай с сахаром	200	69			17	

Директор _____ И.В. Вурдова