

Ежедневное меню
основного
(организованного)
питания



Утверждаю:
Заведующий МАДОУ-
детского сада № 106
Ю.А.Баранова
12.08.2025 г.

12 августа 2025

Завтрак 8:30	Выход	Белк и	Жир ы	Углевод ы	К\кал	Вит С мг
Каша манная молочная с маслом сливочным	200	7,4	7,9	32,1	158,0	1,3
Хлеб с маслом	40	3,9	7,7	23,6	181	0
Какао	180	1,4	1,4	11,2	61	0,25
Второй завтрак 9:30 Яблоко	1шт	0,4	0,4	9,8	42,2	10,0
Обед 12:00						
Салат из отварной свеклы с черносливом и растительным маслом	50	1	4	11	82	0,2
Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	1,7	1,1	11,4	2,36	0,6
Биточки (котлеты) рыбные	70	13,1	12,9	6,5	192	0,9
Пюре картофельное с морковью	130	3,9	3,9	19,7	118	6,7
Компот из сухофруктов	180	0,5	0	19,9	72	50,2
Хлеб ржаной	35	2,0	3,7	13,2	90	0
Уплотненный полдник 15:30						
Печень по-строгановски	80	6,8	14,1	2,3	169	0,4
Макароны отварные	130	9,8	13,1	1,7	164	0,3
Чай	180	0	0	9,1	35	0,9
Хлеб пшеничный	25	2,0	3,7	13,2	90	0
Вафли	20	5,3	3,9	33,8	188	0,2
		51,9	58,9	227	1887	

Рекомендации на домашний ужин:
Молоко или кисломолочные продукты
Приятного аппетита!

Цена дня: 167,69руб