

МЕНЮ на 20.11.2025

Четверг

Учреждение:муниципальное автономное дошкольное образовательное
учреждение Центр развития ребенка - детский сад № 3 г. Томска**Подразделение:** Д/С 3**Категория довольствующихся:** сад**Диетстол:** Д/С 3

Наименование блюда	Выход готовых блюд, г	Химический состав			Калорийность кКал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак		14,80	25,97	32,16	426,70
Каша овсяная	200	8,40	15,90	1,80	188,30
Кофеинный напиток с молоком	180	3,67	3,19	15,80	92,00
Бутерброд с джемом	30/8	2,73	6,88	14,56	146,40
Завтрак 2-ой		0,40	0,40	9,80	44,00
Сок	100	0,40	0,40	9,80	44,00
Обед		18,99	13,86	90,55	609,06
Салат из свеклы с чесноком	40	1,44	3,00	6,80	39,66
Суп куриный с вермишелью	200	2,05	2,60	13,65	107,80
Каша гречневая	130	2,70	4,20	12,20	119,00
Птица тушеная в соусе	60/30	10,00	3,10	5,90	91,80
Компот из яблок с изюмом	200	0,10	0,04	27,50	110,80
Хлеб ржаной	30	1,40	0,20	14,70	76,00
Хлеб пшеничный	30	1,30	0,72	9,80	64,00
Полдник		5,06	11,07	31,00	301,60
Чай с лимоном	180/7	4,10	3,75	16,00	118,50
Булочка "Веснушка"	60	0,96	7,32	15,00	183,10
Ужин		15,46	10,44	45,29	293,70
Овощное рагу	200	11,49	7,38	16,29	177,70
Чай с сахаром	180	2,67	2,34	14,30	40,00
Хлеб пшеничный	30	1,30	0,72	14,70	76,00
ИТОГО:		54,71	61,74	208,80	1675,06