

Утвержда  
Заведующий  
МБДОУ «ЦР  
детский сад «Радуга  
Н.Н. Терехин

**МЕНЮ на « 03» октября 2025г.**

| <u>Завтрак</u>                                    | <u>Объем порции</u> |         | <u>ккал</u> |           |
|---------------------------------------------------|---------------------|---------|-------------|-----------|
|                                                   | ясли                | сад     | ясли        | сад       |
| Суп молочный с крупой (рис)                       | 150                 | 200     | 99,3        | 132,4     |
| Какао с молоком                                   | 180                 | 180     | 107,00      | 107,00    |
| Бутерброд с сыром                                 | 30/5/10             | 30/5/10 | 139,0       | 139,0     |
| <b>2 завтрак</b>                                  |                     |         |             |           |
| Плоды и ягоды свежие (апельсины/мандарины)        | 100                 | 100     | 47,0/53,0   | 47,0/53,0 |
| <b>Обед</b>                                       |                     |         |             |           |
| Салат из свеклы с яблоком                         | 40                  | 50      | 38,68       | 48,35     |
| Суп картофельный с бобовыми (горох)               | 180                 | 180     | 97,02       | 97,02     |
| Пюре картофельное                                 | 120                 | 130     | 109,8       | 119,0     |
| Соус сметанный                                    | 20                  | 20      | 14,82       | 14,82     |
| Тефтели из трески с творогом                      | 60                  | 70      | 91,00       | 106,16    |
| Компот из сушеных фруктов (чернослив)             | 180                 | 180     | 84,75       | 84,75     |
| Хлеб ржаной (Дарницкий)                           | 30                  | 30      | 60,0        | 60,0      |
| Хлеб пшеничный в/с                                | 30                  | 30      | 70,5        | 70,5      |
| <b>Уплотненный полдник</b>                        |                     |         |             |           |
| Драчена (с маслом сливочным)                      | 150/5               | 150/5   | 276,92      | 276,92    |
| Сок фруктовый                                     | 200                 | 200     | 85,33       | 85,33     |
| «Гребешок» из дрожжевого теста                    | 50                  | 50      | 182,5       | 182,5     |
| Хлеб пшеничный в/с                                | 30                  | 30      | 70,5        | 70,5      |
| <b>Гипоаллергенная диета.</b>                     |                     |         |             |           |
| <b>Завтрак</b>                                    |                     |         |             |           |
| Каша вязкая рисовая (без молока)                  | 150                 | 150     | 99,3        | 99,3      |
| Чай без сахара                                    | 150                 | 200     | 19,33       | 19,33     |
| Бутерброд с сыром                                 | 30/5/10             | 30/5/10 | 139,0       | 139,0     |
| <b>2 завтрак</b>                                  |                     |         |             |           |
| Плоды свежие (яблоки)                             | 100                 | 100     | 44,0        | 44,0      |
| <b>Обед</b>                                       |                     |         |             |           |
| Салат из свеклы с яблоком                         | 40                  | 50      | 38,68       | 48,35     |
| Суп картофельный с бобовыми (горох)               | 180                 | 180     | 97,02       | 97,02     |
| Пюре картофельное                                 | 120                 | 130     | 109,8       | 119,0     |
| Тефтели из мяса (говядины)                        | 60                  | 70      | 85,5        | 99,75     |
| Соус сметанный                                    | 20                  | 20      | 14,82       | 14,82     |
| Компот из сушеных фруктов (чернослив, без сахара) | 180                 | 180     | 84,75       | 84,75     |
| Хлеб ржаной (Дарницкий)                           | 30                  | 30      | 60,0        | 60,0      |
| Хлеб пшеничный в/с                                | 30                  | 30      | 70,5        | 70,5      |
| <b>Уплотненный полдник</b>                        |                     |         |             |           |
| Драчена (с маслом сливочным)                      | 150/5               | 150/5   | 276,92      | 276,92    |
| «Гребешок» из дрожжевого теста                    | 50                  | 50      | 182,5       | 182,5     |
| Сок фруктовый                                     | 200                 | 200     | 85,33       | 85,33     |
| Хлеб пшеничный в/с                                | 30                  | 30      | 70,5        | 70,5      |