

Утверждаю
Заведующий
МБДОУ «ЦРР-
детский сад «Радуга»
Н.Н. Терехина

МЕНЮ на «07» октября 2025г.

<u>Завтрак</u>	Объем порции		ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Каша вязкая овсяная (геркулес)	150	200	168,00	207,00
Кофейный напиток с молоком	180	180	91,00	91,00
Бутерброд с маслом	30/7	30/7	136,0	136,0
<u>2 завтрак</u>				
Кисломолочный продукт (коктейль молочный мдж ,5%)	177	177	132,75	132,75
<u>Обед</u>				
Салат из моркови и яблок	40	50	32,76	40,95
Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)	180	180	85,86	85,86
Пюре картофельное	120	130	109,80	119,00
Котлеты или биточки рыбные запеченные	60	70	81,00	93,62
Соус томатный с овощами	20	20	23,98	23,98
Компот из сухофруктов (курага)	180	180	112,99	112,99
Хлеб ржаной (Дарницкий)/	30	30	60,0	60,0
Хлеб пшеничный в/с	30	30	70,5	70,5
<u>Уплотненный полдник</u>				
Суфле из отварного мяса с рисом (курица)	150	150	435,00	435,00
Соус сметанный	20	20	14,82	14,82
Напиток из плодов шиповника	180	180	79,00	79,00
Яблоки печеные с медом	80/5	80/5	77,0	77,0
Хлеб пшеничный в/с	30	30	70,5	70,5
<u>Гипоаллергенная диета. Завтрак</u>				
Каша вязкая овсяная (геркулес),(без молока)	150	200	161,00	185,00
Чай (без сахара)	180	180	19,33	19,33
Бутерброд с маслом	30/7	30/7	136,0	136,0
<u>2 завтрак</u>				
Сок овощной, фруктовый или ягодный/напиток	200	200	90,0	90,0
<u>Обед</u>				
Салат из моркови и яблок	40	50	32,76	40,95
Суп картофельный с капустой	180	180	79,03	79,03
Пюре картофельное	120	130	109,8	119,00
Котлеты из мяса птицы (говядины)	60	70	125,00	145,00
Масло сливочное	5	5	37,5	37,5
Компот из сухофруктов (сухофрукты, 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
<u>Уплотненный полдник</u>				
Суфле из отварного мяса с рисом (курица)	150	150	435,00	435,00
Соус сметанный	20	20	14,82	14,82
Напиток шиповника (без сахара)	180	180	79,00	79,00
Хлеб пшеничный в/с	30	30	70,5	70,5
Яблоки печеные	80/5	80/5	77,0	77,0