

Утверждаю

Заведующего

МБДОУ «ЦРР

детский сад «Радуга»

Н.Н.Терехин:

МЕНЮ на «07»марта 2024г.

| <u>Завтрак</u> | Объем порции | | ккал | |
|--|--------------|---------|--------|--------|
| | ясли | сад | ясли | сад |
| Каша вязкая пшеничная (с маслом и сахаром) | 150/5/5 | 200/5/5 | 178,00 | 220,00 |
| Чай с молоком или сливкам | 180 | 180 | 89,00 | 89,00 |
| Бутерброд с джемом или повидлом | 30/20 | 30/20 | 141/81 | 141,81 |
| 2 завтрак | | | | |
| Кисломолочный напиток(коктейль молочный 2,5%) | 180 | 180 | 133,2 | 133,2 |
| Обед | | | | |
| Рыба соленая (сельдь) порция | 40 | 50 | 57,6 | 72,0 |
| Суп картофельный с бобовыми (горохом) | 180 | 180 | 97,02 | 97,02 |
| Запеканка картофельная с мясом | 120 | 130 | 177,00 | 191,75 |
| Соус сметанный с томатами | 20 | 20 | 16,02 | 16,02 |
| Компот из сушеных фруктов (сухофрукты) | 180 | 180 | 101,7 | 101,7 |
| Хлеб ржаной Дарницкий, (гренки) | 30 | 30 | 37,29 | 37,29 |
| Хлеб пшеничный в/с | 30 | 30 | 102,14 | 102,14 |
| Уплотненный полдник | | | | |
| Пудинг из творога с рисом | 150 | 150 | 336,00 | 336,00 |
| Молоко сгущенное | 20 | 20 | 24,69 | 24,69 |
| Сок овощной, фруктовый или ягодный | 200 | 200 | 85,33 | 85,33 |
| Плоды свежие (мандарины) | 100 | 100 | 74,00 | 74,00 |
| Гипоаллергенная диета. | | | | |
| Завтрак | | | | |
| Каша вязкая пшеничная (без молока) | 150 | 200 | | |
| Чай без сахара | 180 | 180 | 19,33 | 19,33 |
| Бутерброд с джемом или повидлом | 30/20 | 30/20 | 141/81 | 141,81 |
| 2 завтрак | | | | |
| Сок натуральный | 200 | 200 | 85,33 | 85,33 |
| Обед | | | | |
| Салат из горошка зеленого консервированного | 40 | 50 | 33,44 | 41,8 |
| Суп картофельный с бобовыми (горохом) | 180 | 180 | 97,02 | 97,02 |
| Запеканка картофельная с мясом | 120 | 130 | 177,00 | 191,75 |
| Компот из сушеных фруктов (сухофрукты, без сахара) | 180 | 180 | 101,7 | 101,7 |
| Хлеб ржаной Дарницкий, (гренки) | 30 | 30 | 37,29 | 37,29 |
| Хлеб пшеничный в/с | 30 | 30 | 102,14 | 102,14 |
| Уплотненный полдник | | | | |
| Пудинг рисовый | 150 | 150 | 164,48 | 164,48 |
| Масло сливочное | 5 | 5 | | |
| Сок фруктовый /чай (без сахара) | 200 | 200 | 85,33 | 85,33 |
| Плоды свежие (яблоки) | 100 | 100 | 47,00 | 47,00 |