

Утверждаю

Заведующей

МБДОУ «ЦРП

детский сад «Радуга»

Н.Н.Терехин

МЕНЮ на «13» 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	173,0	213,0
Кофейный напиток с молоком	180	180	91,00	91,00
Бутерброд с сыром	30/5/10	30/5/10	139,00	139,00
2 завтрак				
Сок фруктовый	200	200	85,33	85,33
Плоды или ягоды свежие (апельсины)	100	100	36,00	36,00
Обед				
Салат из горошка зеленого консервированного	40	50	33,44	41,8
Рассольник ленинградский	180	180	86,94	86,94
Каша гречневая рассыпчатая	120	130	195,0	211,25
Тефтели мясные	60	70	85,5	99,75
Соус томатный с овощами	20	20	23,98	23,98
Компот из сушеных фруктов (изюм)	180	180	84,75	84,75
Хлеб ржаной (Дарницкий)	30	30	37,29	37,29
Хлеб пшеничный в/с	30	30	102,14	102,14
Уплотненный полдник				
Котлеты из овощей (с маслом)	150/5	150/5	187,34	187,34
Кисель из плодов и ягод свежих (брусника)	180	180	97,56	97,56
Яблоки печеные	80	80	116,09	116,09
Огурцы консервированные (порция)	40	50	4,8	6,0
Гипоаллергенная диета. Завтрак				
Каша вязкая пшеничная (без молока)	150	200		
Чай (без сахара)	180	180	19,33	19,33
Бутерброд с сыром	30/5/10	30/5/10	139,00	139,00
2 завтрак				
Сок фруктовый	200	200	85,33	85,33
Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	100	47,00	47,00
Обед				
Салат из горошка зеленого консервированного	40	50	33,44	41,8
Рассольник ленинградский	180	180	86,94	86,94
Каша гречневая рассыпчатая	120	130	195,0	211,25
Тефтели мясные	60	70	85,5	99,75
Соус томатный с овощами	20	20	23,98	23,98
Компот из сушеных фруктов (изюм), без сахара	180	180	84,75	84,75
Хлеб ржаной (Дарницкий)/Бутерброд с чесноком	30	30	37,29	37,29
Хлеб пшеничный в/с	30	30	102,14	102,14
Уплотненный полдник				
Котлеты из овощей	150	150	187,34	187,34
Чай без сахара	180	180	19,33	19,33
Яблоки печеные	80	80	116,00	116,00
Огурцы консервированные (порция)	40	50	4,8	6,0