

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

МЕНЮ на «19» марта 2024г.

<u>Завтрак</u>	Объем порции		ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Каша вязкая овсяная (геркулес)(с маслом и сахаром)	150/5/5	200/5/5	168,00	207,00
Кофейный напиток с молоком	180	180	91,00	91,00
Бутерброд с маслом	30/10	30/10	136,00	136,00
<u>2 завтрак</u>				
Сок овощной, фруктовый или ягодный	200	200	85,33	85,300
Плоды и ягоды свежие (апельсины)	100	100	85,22	85,22
<u>Обед</u>				
Огурцы консервированные(порция)	40	50	4,80	6,00
Борщ вегетарианский	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	37,29	37,29
Хлеб пшеничный в/с	30	30	102,14	102,14
<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
Хлеб пшеничный в/с	30	30	102,14	102,14
<u>Гипоаллергенная диета. Завтрак</u>				
Каша вязкая овсяная (геркулес),(без молока)	150	200	161,00	185,00
Чай (без сахара)	180	180	40,00	40,00
Бутерброд с джемом/маслом	30/20 30/10	30/20 30/10	141,81 136,00	141,81 136,00
<u>2 завтрак</u>				
Сок овощной, фруктовый или ягодный	200	200	85,33	85,300
Плоды и ягоды свежие(яблоки)	100	100	47,00	47,00
<u>Обед</u>				
Салат из горошка зеленого консервированного	40	50	4,8	6,0
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	33,10	33,10
Компот из сухофруктов (курага 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
<u>Уплотненный полдник</u>				
Суфле из отварного мяса с рисом	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	102,14	102,14