

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

МЕНЮ на « 20 » марта 2024г.

<u>Завтрак</u>	Объем порции		ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Каша вязкая из смеси круп (рис, пшено) с маслом и сахаром	150/5/5	200/5/5	170,54	224,83
Какао с молоком	180	180	107,00	107,00
Бутерброд с сыром	30/5/10	30/5/10	139,00	139,00
2 завтрак				
Кисломолочный продукт (снежок 2,5% мдж)	190	190	150,10	150,10
Обед				
Салат из горошка зеленого консервированного	40	50	33,44	41,8
Рассольник домашний	180	180	81,51	81,51
Бефстроганов из отварного мяса (говядина) со сметанным соусом	60/60	80/80	187,00	249,00
Каша гречневая рассыпчатая	120	130	195,00	211,25
Компот из апельсина, мандарина (лимона)	180	180	138,6	138,6
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 (смородина)	180	180	97,56	97,56
Ватрушка с творогом	100	100	388,57	388,57
Плоды свежие (яблоки)	100	100	47,00	47,00
Гипоаллергенная диета				
Завтрак				
Каша вязкая из смеси круп (рис, пшено) 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
Обед				
Салат из горошка зеленого консервированного	40	50	33,44	41,8
Рассольник домашний	180	180	81,51	81,51
Каша гречневая рассыпчатая	120	130	195,00	211,25
Бефстроганов из отварного мяса(говядина) со сметанным соусом	60/60	80/80	187,00	249,00
Компот из свежих плодов (яблоки)	180	180	33,64	33,64
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 (смородина)	180	180	97,56	97,56
Ватрушка с творогом	100	100	388,57	388,57
Плоды свежие (яблоки)	100	100	47,00	47,00