

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

МЕНЮ на « 10 » июля 20204 года

<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
<u>2 завтрак</u>				
Кисломолочный продукт (йогурт питьевой 2,5% мдж)	183	183	147,00	147,00
<u>Обед</u>				
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 (апельсина)	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
<u>Уплотненный полдник</u>				
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 (бананы)	122	122	105,6	105,6
Гипоаллергенная диета				
<u>Завтрак</u>				
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
<u>2 завтрак</u>				
Сок фруктовый/напиток/напиток	200	200	85,33	85,33
<u>Обед</u>				
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
<u>Уплотненный полдник</u>				
Котлеты из овощей (с маслом)	150/5	150/5	187,34	187,34
Кисель из плодов и ягод (смородина)/напиток	180	180	97,56	97,56
Ватрушка с творогом	100	100	388,57	388,57
Плоды свежие (бананы)	122	122	105,6	105,6