

Утверждаю

Заведующего

МБДОУ «ЦРР-

детский сад «Радуга»

Н.Н.Терехина

МЕНЮ на «21»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 (апельсины)	100	100	85,22	85,22
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	33,10	33,10
Сок фруктовый /чай (без сахара)	200	200	85,33	85,33
Плоды свежие (яблоки)	100	100	47,00	47,00