

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад №153

г. Новокузнецк, ул. Ленина, 19а 37-28-81

Утверждаю заведующий МБ ДОУ
«Детский сад» 153
В.А. Кудинова



МЕНЮ

На 1 марта 2024 г.

ЗАВТРАК

1. Канапе с сыром 15/5/5 69,63 ккал
2. **Сыр порционный (б/г) 5/7 17,2/24,08 ккал**
3. Каша манная 150/200 82,93/115,7 ккал
4. **Каша рисовая вязкая (б/г) 150/200 127,86/155,79 ккал**
5. **Кофейный напиток без молока (б/г) 150/200 35,24/46,99 ккал**
6. Кофейный напиток на молоке 150/200 87,85/101,8 ккал
7. Хлеб пшеничный 30/30 35,24/46,99 ккал, **хлебцы (б/г) 10,0 33,3 ккал**

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

1. Свежий фрукт 130/180 61,6/84,6 ккал

ОБЕД

1. Салат «Светофор» 40/60 31,18/48,77 ккал
2. Суп из овощей со сметаной 150/5;200/5 69,7/92,9 ккал
3. **Суп овощной без сметаны 150/5;200/5 69,7/92,9 ккал**
4. Биточки 60/80 151,6/202,1 ккал
5. Свекла тушеная 150/200 118,01/157,34 ккал
6. Отвар шиповника 150/200 46,84/1175 ккал
7. **Чай не сладкий (б/г) 150/200 0/0 ккал**
8. Хлеб ржаной 40/50,2 69,6/87,4 ккал

ПОЛДНИК

1. Печенье 50,0 83,4 ккал
2. **Печенье (б/г) 10,0 67,2 ккал**
3. **Чай не сладкий (б/г) 150/200 0/0 ккал**

УЖИН

1. Икра морковная 40/60 47,6/71,4 ккал
2. Макароны изделия отварные 150/200 144,9/193,2 ккал
3. **Паста гречневая отварная (б/г) 120/150 113,97/141,99 ккал**
4. **Чай не сладкий (б/г) 150/200 0/0 ккал**
5. Чай полусладкий 150/200 18,6/24,4 ккал
6. Хлеб пшеничный 70/70

Калорийность 1418,7/1812,4 ккал