



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

МЕНЮ

На 04 марта 2024г

ЗАВТРАК

1. Яйцо вареное 40/40 63 ккал
2. Каша пшеничная молочная 150/200 166,24/221,6 ккал
3. Каша рисовая жидкая (б/г) 150/200 127,86/155,78 ккал
4. Кофейный напиток без молока 150/200 35,24/46,99 ккал
5. Хлеб пшеничный 20/30 Хлебцы (б/г) 10,0

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

1. Сок 100/100 92/92 ккал

ОБЕД

1. Овощи отварные 40/60 24,14/36,24 ккал
2. Суп картофельный с рыбой 150/200 99,74/115 ккал
3. Котлеты 60/80 151,6/202,1 ккал
4. Каша гречневая вязкая 150/200 212,25/283 ккал
5. Компот из сухофруктов 150/200 60,72/84,52 ккал
6. Чай не сладкий (б/г) 150/200 0/0 ккал
7. Хлеб ржаной 40/50,2

ПОЛДНИК

1. Булочка молочная 40/50 131,87/173 ккал
2. Снежок 160/200 88,85/111,1 ккал
3. Печенье (б/г) 10,0 67,2 ккал
4. Чай не сладкий (б/г) 150/200 0/0 ккал

УЖИН

1. Огурец консервированный 40/60 5,2/6,5 ккал
2. Овощи в молочном соусе 180/220 90/110 ккал
3. Овощное рагу (б/г) 150/200 145/193,3 ккал
4. Чай не сладкий (б/г) 150/200 0/0 ккал
5. Чай с сахаром 150/200 29,48/36,84 ккал
6. Хлеб пшеничный 30/30

Калорийность 1403,7/1805,4 ккал