

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 06 марта 2024 г

### ЗАВТРАК

1. Бутерброд пикантный 40/50 87,13/117,36 ккал
2. Сыр порционный 5/7 17,2/24,08 ккал
3. Каша «Ассорти» на молоке 150/200 131,16/143,64 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 20/30 70,5/94 ккал, хлебцы (б/г) 10,0 33,3 ккал

### ВТОРОЙ ЗАВТРАК

1. Сок 200,0 с 2-3 лет + б/г 92 ккал
2. Напиток витаминный 200,0 с 3-7 лет 74 ккал

### ОБЕД

1. Салат «Аппетитный» 40/60 41,86/67,44 ккал
2. Бабушкин суп с мясом 150/7;200/7 109,73/134,1 ккал
3. Запеканка картофельная с сердцем 180/5:230/10 62,1/84,13 ккал
4. Компот из изюма 150/200 62,1/84,19 ккал
5. Чай не сладкий (б/г) 150/200 0/0 ккал
6. Хлеб ржаной 40/50,4 69,6/87,4 ккал

### ПОЛДНИК

1. Булочка «Веснушка» 50/50 154,5 ккал
2. Кефир 160/200 88,85/111,1 ккал
3. Печенье 10,0 (б/г) 67,2 ккал
4. Чай не сладкий (б/г) 150/200 0/0 ккал

### УЖИН

1. Капуста тушенная с морковью в молоке 200/250 145,5/181,9 ккал
2. Котлеты морковные с картофелем (б/г) 150/200 128,86/171,81 ккал
3. Чай не сладкий (б/г) 150/200 0/0 ккал
4. Чай полусладкий с молоком 150/200 37,14/50,5 ккал
5. Хлеб пшеничный 30/30 Конфеты 30,0

Калорийность 1421,7/1824,8 ккал