

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 29 февраля 2024 г.

## ЗАВТРАК

1. Морковь с сахаром запеченная 40/60 29,2/43,8 ккал
2. Суп молочный с геркулесовой крупой 150/200 82,93/115,7 ккал
3. Каша гречневая вязкая (б/г) 150/200 212,25/283 ккал
4. Чай не сладкий (б/г) 150/200 0/0 ккал
5. Какао с молоком 150/200 74,27/93,03 ккал
6. Хлеб пшеничный 20/30 70,5/94 ккал, хлебцы (б/г) 10,0 33,3 ккал

## ВТОРОЙ ЗАВТРАК

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

## ОБЕД

1. Салат «Трио» 40/60 35,36/53,04 ккал
2. Рассольник «Ленинградский» со сметаной 150/6; 200/6; 90/120 ккал
3. Рассольник «Ленинградский» без сметаны 150 /200; 90/120 ккал
4. Рагу из птицы 160/200 226,74/283,43 ккал
5. Компот из изюма 150/200 62,1/84,13 ккал
6. Чай не сладкий (б/г) 150/200 0/0 ккал
7. Хлеб ржаной 40/50,2 69,6/87,4 ккал

## ПОЛДНИК

1. Булочка «Веснушка» 50/50 157,5 ккал
2. Йогурт 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. Бигос с мясом 180/180 218,18/218,18 ккал
2. Жаркое по домашнему (б/г) 180/200 183,6/226,8 ккал
3. Чай не сладкий 150/200 0/0 ккал
4. Хлеб пшеничный 70/70

Калорийность 1407,8/1810,3 ккал