

МЕНЮ

«03» 06 20 25 г.

2	Завтрак	Диета	если	Ккал	сод	Ккал
1.	Каша манная жидкая на молоке	Каша пшеничная жидкая без молока	150/3	144,15	200/4	192,2
2.	Какао на молоке	Чай с сахаром	150	91,314	200	120,98
3.	Батон с маслом и сыром	Батон	30/3/8	128,07	40/5/12	182,21
10:00	Фрукт (Банан, Яблоко)		100	44,0	100	44,0
	Обед	Диета				
1.	Салат из моркови припущенной		40	47,09	60	66,332
2.	Щи на мясокостном бульоне со сметаной	Щи на мясокостном бульоне без сметаны	150/7,5	59,52	200/10	111,253
3.	Котлета из говядины	Мясо отварное куриное	60	199,216	70	213,95
4.	Картофельное пюре	Картофельное пюре без молока	120	114,017	130	123,32
5.	Соус томатный	Соус томатный	25	15,646	30	19,231
6.	Компот из свежемороженных ягод		150	47,79	200	63,72
7.	Хлеб ржаной		20	33,0	30	49,5
8.	Хлеб пшеничный		20	48,4	20	48,4
	Полдник	Диета				
1.	Вафли		20	108,2	40	216,4
2.	Кефир	Чай с сахаром	150	75,0	180	90,0
	Ужин	Диета				
1.	Котлета рыбная		60	93,114	70	106,964
2.	Рис с овощами		120	171,582	130	186,718
3.	Чай с сахаром		150	29,85	200	39,8
4.	Хлеб ржаной		10	16,5	20	33,0
5.	Хлеб пшеничный		20	48,4	20	48,4
	ИТОГО:			1514,859		1956,378

Заведующий МАДОУ № 38

Шкуратова С.В.

