Согласовано:
Шеф Повар _____ пишева А.Б.
Калькулятор _____ Козлова И.Г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующей МДОУ №100
_____ Позднякова М.Н

МЕНЮ
24 июня 2026 ГОДА

Основное меню		
ЗАВТРАК	вес	ккал
Пудинг из творога	130/150	203.67/235
Соус молочный сладкий	20	14
Кофейный напиток с молоком	150/180	71.2/85.5
Яйцо 1/2	20	14.8
Бутерброд с маслом	30/35	73/93
		376.67/442.3
2 завтрак – сок	150/180	67.2/80.64
ОБЕД		
Салат из свежей капусты	30/50	26.22/43.7
Суп картофельный с бобовыми	150/180	59.3/71.12
Рыба по-польски	50/80	78/125
Картофельное пюре	110/130	119.8/134.33
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40/50	86.8/108.5
Компот из сухофруктов	150/180	67.5/81
		437.62/570.92
ПОЛДНИК		
Кисель из ягод	150/180	77.8/93.4
Вафли-сад	20	100
Фрукты	95/100	41.8/44
Печенье	12/20	45/75
		164.6/237.4
УЖИН		
Рагу овощное с мясом	150/180	217/260
Бутерброд с маслом	34/45	83.24/119.6
Огурец свежий	40/50	5.6/7
Чай с сахаром	180/200	33.6/44.4
		339.44/431

Меню для детей с диагнозом атопический дерматит		
ЗАВТРАК	вес	к
Пудинг из творога	150	2
Чай	200	
Бутерброд с маслом	40	10
Замена-каша геркулес		
2 завтрак –сок	180	80.
ОБЕД		
Салат из свежей капусты	50	43.7
Суп картофельный с бобовыми	200	71.
Мясо тушеное	60	90.6
Картофельное пюре	130	134.
Компот из сухофруктов	180	81
Хлеб ржано-пшеничный	50	108
ПОЛДНИК		
Чай	200	
Печенье	30	150
Фрукты	150	
УЖИН		
Рагу овощное с мясом	180	260
Бутерброд с маслом	45	119.6
Чай	200	
Огурец свежий	50	7