Согласовано:
Шеф Повар_____Епишева А.Б.
Калькулятор _____Козлова И.Г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующей МДОУ №100
_____Позднякова М.В

МЕНЮ
12 марта 2026 ГОДА

Основное меню			Меню для детей с диагнозом атопический дерматит		
ЗАВТРАК	вес	ккал	**ЗАВТРАК**	вес	ккал
Пудинг из творога	130/150	203.67/235	Пудинг из творога	150	235
Соус молочный сладкий	20	14	Чай	200	-
Кофейный напиток с молоком	150/180	71.2/85.5	Бутерброд с маслом	40	106.29
Яйцо 1/2	20	14.8	Замена-каша пшенная		
Бутерброд с маслом	30/35	73/93			
		376.67/442.3			
2 завтрак – сок	150/180	67.2/80.64	**2 завтрак –сок**	180	80.64
ОБЕД			**ОБЕД**		
Салат из свеклы	30/50	28.17/46.95			
Суп картофельный с бобовыми	150/180	59.3/71.12	Суп картофельный с бобовыми	200	71.12
			Мясо тушеное	60	90.6
Рыба по-польски	50/80	78/125	Картофельное пюре	130	134.33
Картофельное пюре	110/130	119.8/134.33	Компот из сухофруктов	180	81
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40/50	86.8/108.5	Хлеб ржано-пшеничный	50	108
Компот из сухофруктов	150/180	67.5/81			
		439.57/574.17			
ПОЛДНИК			**ПОЛДНИК**		
Кисель ягодный	150/180	77.8/93.4	Чай	200	
Вафли-сад	20	100	Печенье	30	150
Фрукты	95/100	41.8/44	Фрукты	150	
Печенье	12/20	45/75			
		164.6/237.4			
УЖИН			**УЖИН**		
Рагу овощное с мясом	150/180	217/260	Рагу овощное с мясом	180	260
Бутерброд с маслом	34/45	83.24/119.6	Бутерброд с маслом	45	119.6
Огурец соленый	40/50	5.6/7	Чай	200	
Чай с сахаром	180/200	33.6/44.4	Огурец соленый	50	7
		339.44/431			