

Согласовано:
 Шеф-повар Епишева А.Б.
 Калькулятор Козлова И.Г.

Заведующей МДОУ
 «Детский сад № 100 Позднякова М.В.»



МЕНЮ
 20 марта 2026 ГОДА

Основное меню			Меню для детей с диагнозом атопический дерматит		
ЗАВТРАК	вес	Ккал	ЗАВТРАК	вес	ккал
Каша рисовая вязкая молочная	150/175	144/168	Каша рисовая вязкая	180	172
Кофейный напиток на молоке	160/180	76/85.5	Чай	200	-
Бутерброд с маслом	24/35	58.8/72.3	Бутерброд с маслом	40	82.67
Яйцо вареное 1/2	20	14.8			
		308.6/340.6			
2 завтрак					
сок	150/180	67.2/80.64	2 завтрак – сок	180	80.64
ОБЕД			ОБЕД		
Икра кабачковая	30/50	23.4/39	Икра кабачковая	50	39
Рассольник по-ленинградски с мясом и со сметаной	150/180	87/104.4	Рассольник по-ленинградски мясом	200	96
Голубцы ленивые с мясом	130/180	147.9/205.2	Голубцы ленивые с мясом	180	205.2
Компот из сф	150/180	67.5/81			
Хлеб ржано-пшеничный	45/50	97.7/108.5	Компот из сф	180	81
Батон пшеничный обогащенный	20	50.5	Хлеб ржано-пшеничный	50	108
		474/	Батон пшеничный	20	50.5
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
Кефир	150/180	75/90	Кефир (замена- Чай)	200	102
Пряник	20	70	Печенье	40	149.6
Фрукты	75/80	33/35.2	Фрукты	130	67.6
		178/195.2			
УЖИН			УЖИН		
Морковь отварная с маслом	40/50	19.77/24.65	Пудинг из творога с яблоками	150	313.5
Пудинг из творога с яблоками	130/150	271.7/313.5	Чай	200	-
Соус сметанный	26/25	39/37.5	Бутерброд с маслом	35	72.3
Бутерброд с маслом	24/35	58.8/72.3			
			Замена-греча отварная	150	
Чай с сахаром	180/200	33.6/44.4	Мясо отварное	50	
		422.9/492.35			