



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ д/с №150
О.С. Богданова

МЕНЮ Четверг

ТК	Наименование блюда	Масса порции			Калорийность порции		
		ясли	сад	ОВЗ	ясли	сад	ОВЗ
ЗАВТРАК							
141	Суп молочный с крупой (гречка)	150	190	190	97,5	123,5	123,5
70	Бутерброд с маслом	25	30	30	101	101	101
460	Чай с молоком	175	180	180	108,8	115,2	115,2
всего		350	400	400	307,3	339,7	339,7
2-ОЙ ЗАВТРАК							
82	Фрукты свежие	95	100	100	47	47	47
всего		95	100	100	47	47	47
ОБЕД							
101	Рассольник Ленинградский со сметаной и мясом	150	180	180	64,5	77,4	77,4
385	Рис отварной	110	130	130	160,8	190,6	190,6
307	Биточки рыбные	60	70	70	68	74	74
408	Соус сметанный	20	25	25	20	25	25
21	Салат из моркови	30	60	60	31,2	62,4	62,4
496	Напиток из шиповника	150	180	180	79	84	84
573	Хлеб пшеничный	25	30	30	60	70,5	70,5
574	Хлеб бородинский	25	25	25	58,7	61,6	61,6
всего		570	690	690	540	631,1	631,1
ПОЛДНИК							
530	Ватрушка с повидлом	60	70	70	166	183	183
469	Молоко кипяченое	170	180	180	91	96,3	96,3
всего		230	250	250	257	279,3	279,3
УЖИН							
265	Запеканка из макарон с творогом	190	220	220	259	273	273
459	Чай с лимоном	170	180	180	34	36	36
573	Хлеб пшеничный	20	25	25	58	65	65
574	Хлеб бородинский	20	25	25	яч	61,6	61,6
всего		400	450	450	351	435,6	435,6
ИТОГО		1645	1890	1890	1502,3	1732,7	1732,7