

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Новосибирска
«Детский сад № 108 «Зазеркалье» /МБДОУ д/с № 108 «Зазеркалье»/

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ д/с № 108
"Зазеркалье"
Лысенко С.А.

Сводный дневной рацион (меню на 24.04.2024 г.)

Блюдо	Дети до 3 лет		Дети свыше 3 лет		Дети ОВЗ свыше 3 лет		Специальное питание	
	выход	ккал	выход	ккал	выход	ккал	выход	ккал
ЗАВТРАК								
*Каша кукурузная жидкая на воде							170	108
*Каша кукурузная молочная жидкая	150	155	170	175	170	175		
*Бутерброды с джемом или повидлом	40	123	40	123	40	123	40	123
*Какао с молоком	150	89	180	107	180	107		
*Чай-заварка (чай без сахара)							180	0
*Хлеб украинский	10	17	10	17	10	17	10	17
ЗАВТРАК 2								
*Сок фруктовый виноградный	100	69	150	103	150	103	150	103
ОБЕД								
*Овощи натуральные (огурцы свежие)	20	3	30	4	40	6	30	4
*Щи из свежей капусты с картофелем							200	68
*Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	58	200	77	200	77		
*Котлеты рубленные из птиц	60	126	80	168	90	189	80	168
*Пюре картофельное с морковью	110	92	130	108	130	108		
*Пюре картофельное с морковью (на воде)							130	78
*Компот из яблок с лимоном	150	78	180	94	180	94		
*Чай-заварка (чай без сахара)							180	0
*Хлеб пшеничный	20	47	20	47	20	47	20	47
*Хлеб украинский	20	35	20	35	20	35	20	35
ПОЛДНИК								
*Молоко кипяченое	150	94	190	119	190	119		
*Чай-заварка (чай без сахара)							190	0
*Плоды свежие яблоки							100	45
*Булочка домашняя	50	179	60	215	60	215		
УЖИН								
*Котлеты, биточки, шницели рубленные	70	280	80	320	80	320	80	320
*Пюре из гороха с пассерованным луком	130	315	140	339	140	339	140	339
*Чай с лимоном 2	180	5	200	6	200	6		
*Чай-заварка (чай без сахара)							200	0
*Хлеб пшеничный	10	24	20	47	20	47	20	47
*Хлеб украинский	10	17	20	35	20	35	20	35