

Согласовано:

Шеф повар Епишева А.Б.

Калькулятор Козлова И.Г.

Утверждаю

Заведующий

МДОУ «Детский сад № 100»

Позднякова М.В.

МЕНЮ

29 декабря 2025г

Основное меню			Меню для детей с диагнозом атопический дерматит		
ЗАВТРАК	вес	ккал	ЗАВТРАК	вес	ккал
Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными «Геркулес»	150/180	140.25/168.3	Каша вязкая «Геркулес»	180	168
Кофейный напиток с молоком	180/180	85.5	Чай	180	-
Бутерброд с маслом	24/40	58.8/106.29	Бутерброд с маслом	40	106.29
		284.55/360.09			
2 завтрак – сок	150/180	48/57.6	2 завтрак –сок	180	
ОБЕД			ОБЕД		
Соленый огурец	30/60	4.2/8.4	Соленый огурец	60	8.4
Суп полевой с мясом и со сметаной	170/200	123.7/137.04	Суп полевой с мясом	200	137
Капуста тушеная с мясом	150/180	160.16/213.64	Капуста тушеная с мясом	180	192.6
Компот из сухофруктов	150/180	67.5/81	Компот из сухофруктов	180	81
Хлеб ржано-пшеничный	40/55	86.8/119.35	Хлеб ржано-пшеничный	55	119.35
		442.36/559.47			
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
Кисломолочный напиток(Кефир)	150/180	75/90	Кефир –замена-чай	200	102
Ватрушка с творогом	45/55	117.2/143.23	Ватрушка с творогом	55	143.23
Фрукты	95/100	41.8/44	Фрукты	150	78
		234/277.23	Замена-булочка домашняя	50	
УЖИН			УЖИН		
Салат из свеклы с зеленым горошком	30/60	32/64	Зеленый горошек	30	
Омлет на натуральном молоке	150/180	162.54/195	Гуляш из говядины	50	105
			Картофельное пюре	150	
Бутерброд с маслом	44/50	92.6/132.9	Чай	200	-
Чай с сахаром	180	33.6/39.96	Бутерброд с маслом	50	132.9
		320.74/431.86			