

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

Заведующий МДОУ  
 «Детский сад №100 Позднякова М.В.



МЕНЮ  
 25 сентября 2026 ГОДА

| Основное меню                                           |         |              | Меню для детей с диагнозом<br>атопический дерматит |     |       |
|---------------------------------------------------------|---------|--------------|----------------------------------------------------|-----|-------|
| ЗАВТРАК                                                 | вес     | Ккал         | ЗАВТРАК                                            | вес | ккал  |
| Каша вязкая рисовая<br>молочная                         | 150/175 | 144/168      | Каша рисовая вязкая                                | 180 | 172   |
| Кофейный напиток на<br>молоке                           | 160/180 | 76/85.5      | Чай                                                | 200 | -     |
| Бутерброд с маслом                                      | 24/35   | 58.8/72.3    | Бутерброд с маслом                                 | 40  | 82.67 |
|                                                         |         | 14.8         |                                                    |     |       |
|                                                         |         | 278.8/325.8  |                                                    |     |       |
| 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-<br>ленинградски с мясом и со<br>сметаной | 150/180 | 87/104.4     | Рассольник по-<br>ленинградски мясом               | 200 | 96    |
| Голубцы ленивые с мясом                                 | 130/180 | 147.9/205.2  | Голубцы ленивые с<br>мясом                         | 180 | 205.2 |
|                                                         |         |              |                                                    |     |       |
| Компот ягодный                                          | 150/180 | 67.5/81      |                                                    |     |       |
| Хлеб ржано-пшеничный                                    | 45/50   | 97.7/108.5   | Чай                                                | 180 |       |
| Батон пшеничный<br>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<br>яблоками                    | 150 | 313.5 |
| Пудинг из творога с<br>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-картофель<br>отварной                       | 150 |       |
| Чай с сахаром                                           | 180/200 | 33.6/44.4    | Мясо отварное                                      | 50  |       |
|                                                         |         | 422.9/492.35 |                                                    |     |       |
|                                                         |         |              |                                                    |     |       |