

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 08.05.2024 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		
*Гуляш из отварного мяса	60	94	80	125	90	141	80	125
*Каша гречневая рассыпчатая	110	189	130	223	130	223	130	223
*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/УЖИН								
*Плоды свежие яблоки							100	45
*Булочка домашняя	50	179	60	215	60	215		
*Суп молочный с крупой (пшено)	180	132	200	147	200	147		
*Чай с лимоном 2	180	5	200	6	200	6		
*Чай-заварка (чай без сахара)							200	0
*Рис отварной							140	205
*Овощи натуральные соленные							30	4
*Хлеб пшеничный	10	24	20	47	20	47	20	47
*Хлеб украинский	10	17	20	35	20	35	20	35