

# СЕГОДНЯ

Меню для детей Ясли/Сад

«12» Октября 2023 г.

Утверждаю  
Зав.д/с № 133 Т.Ф. Кучеренко  
«11» Октября 2023 год



	Калорийность:	Выход:
<b>НАШ ЗАВТРАК:</b>		
Каша пшённая молочная с маслом	130/160	160/180
Бутерброд с маслом, сыром	160/221	30/40
Чай с молоком	95/121	160/180
2 – завтрак:		
Сок	95	200/200
<b>НАШ ОБЕД:</b>		
Салат из свежих помидор и огурцов	20/30	40/60
Рассольник «Ленинградский» со сметаной	127/190	150/200
Котлета рыбная, соус томатный	132/163	60/20/80/30
Пюре картофельное с маслом	120/137	120/150
Компот из клубники и чер. смородины	85/100	150/160
Хлеб ржаной	69/87	40/50
<b>НАШ ПОЛДНИК:</b>		
Печенье овсяное	53/67	25/50
Снежок	92/102	175/200
<b>НАШ УЖИН:</b>		
Овощное рагу	115/168	180/200
Чай с сахаром	60/94	180/200
Хлеб пшеничный	67/95	30/40

# СЕГОДНЯ

Меню для детей ОВЗ

«12» Октября 2023 г.

Утверждаю  
Зав.д/с № 133 Т.Ф. Кучеренко  
«11» Октября 2023 год



	Калорийность:	Выход:
<b>НАШ ЗАВТРАК:</b>		
Каша пшённая молочная с маслом	160	180
Бутерброд с маслом, сыром	221	40
Чай с молоком	121	180
2 – завтрак:		
Творожок	95	130
<b>НАШ ОБЕД:</b>		
Салат из свежих помидор и огурцов	30	60
Рассольник «Ленинградский» со сметаной	190	200
Котлета рыбная, соус томатный	163	80/30
Пюре картофельное с маслом	137	150
Компот из клубники и чер. смородины	100	160
Хлеб ржаной	87	50
<b>НАШ ПОЛДНИК:</b>		
Печенье овсяное	67	50
Снежок	102	200
<b>НАШ УЖИН:</b>		
Овощное рагу	168	200
Чай с сахаром	94	200
Хлеб пшеничный	95	40