

МБДОУ ДЕТСКИЙ САД №84 «ИСКОРКА»

МЕНЮ на 21.10.2022

п/ п	Наименование блюда	Выход блюда вес (масса) в граммах	
		до 3-х лет	до 7 лет

Завтрак

1	Каша кукурузная, аллерг-каша на воде	150	180
2	Батон с маслом	30/5	40/6
3	Чай с лимоном, аллерг-чай	150	200

Второй завтрак

1	Мандарины, аллерг-яблоки	100	130
---	--------------------------	-----	-----

Обед

1	Нарезка из свежих овощей	30	50
2	Суп гороховый на м/бульоне	180	200
3	Рыбные тефтели с томатным соусом, аллерг-жаркое по-домашнему	100/30	150/40
5	Компот из изюма	150	200
6	Хлеб	40	50

Полдник

1	Йогурт, ясли и аллер-сок	150	150
---	--------------------------	-----	-----

Ужин

1	Мясо отварное	60	80
	Яйцо отварное	40	40
	Винегрет	40	60
2	Хлеб	35	40
3	Чай п/сладкий	150	200
	Б-60 Ж -64 .У 270 ккал-1850		

М/с  / Дюрменова А. К.