Утверждено _____ Р.Ю. Чекина

Заведующая МАДОУ д/с « Колосок»

Меню на 20 Октября 2026 года

Наименование блюда	Масса порции (гр)			Калорийность порции	
	Сад	ОВЗ	Ясли	САД/ОВЗ	ЯСЛИ
Завтрак					
Каша овсяная молочная "Геркулес"	180	180	150	250	209,25
Бутерброд с маслом	45	45	35	183	180
Какао с молоком	180	180	150	141	117,5
2й завтрак					
Молоко пастеризованное	0	180	0	115	0
Обед					
Суп "Харчо" на куринном бульоне	180	180	150	158,3	132
Котлеты рубленые из птицы	80	80	80	163	163
Пюре картофельное	130	130	110	157,5	155
Овощи натуральные соленые.	30	30	30	5,3	5,3
Компот из плодов сушеных(курага)	180	180	150	108	106
Хлеб ржано-пшеничный	40	40	30	88,8	66,7
Полдник					
Плоды свежие(яблоки)	150	150	150	78	78
Ужин					
Омлет натуральный	110	110	110	181,2	181,2
Хлеб пшеничный	30	30	30	76,5	76,5
Напиток из плодов шиповника	180	180	150	86,7	85