

Директор МБДОУ «ЦРР - «Нэни куллар»

Меню на 30 января 2026 г.



Наименование блюд	Масса порций в зависимости от возраста детей (грамм)		Калорийность блюд	
	с 1-3	с 3-7	с 1-3	с 3-7
Завтрак				
Каша гречневая жидкая молочная с маслом	140	180	180	235
Чай с мармеладом	170/15	180/30	48	96
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/5	30/5/5	115	138
2 завтрак				
Фрукты свежие	100	100	47	47
Обед				
Салат из моркови с сахаром	40	60	20	31
Суп гороховый с мясными фрикадельками	150/10	180/10	108	126
Тефтели мясные	50	70	92	120
Рагу из овощей	120	150	162	202
Компот из свежих фруктов	150	180	32	39
Хлеб ржаной	40	45	79	80
Полдник				
Кисломолочный напиток	150	180	76	92
Сушки	20	20	66	66
Ужин				
Рыба тушеная с овощами	40/20		196	196
Картофельное пюре с маслом	120	140	109	120
Хлеб пшеничный	20		47	83
Чай с сахаром и лимоном	150/5	180/7	21	24

Калорийность

1404

1666