



МЕНЮ НА 21.04.2025г. (день 6) МБДОУ № 52

Наименование блюда	Выход	Ккал	Замена аллергикам
<u>Завтрак:</u>			
Каша пшенная молочная	150/180	181/225	Каша пшенная с маслом.
Кофейный. напиток с молоком	180/200	79/88	Чай с сахаром
Бутерброд с ждемом	20/20	60/60	Батон нарезной
Сок	180/200	72/84	
<u>Обед:</u>			
Икра кабачковая для д/п	30/50	28/47	свежие овощи (порционно)
Суп с фрикадельками	150/200	102/134	
Котлета мясная	50/60	128/153	
Соус смет. с томатом	30/30	60/60	Масло сливочное
Макаронные изделия	110/130	139/164	
Кисель	180/180	54/54	Чай с сахаром
Хлеб ржаной	20/20	40/40	
<u>Полдник:</u>			
Молоко	150/200	96/120	Чай с сахаром, сок
Ватрушка с повидлом	50/60	138/166	Батон
<u>Ужин:</u>			
Рагу из овощей с кабачками	120/130	90/98	Макароны
Компот из свежих яблок	180/180	41/41	
Хлеб пшеничный	20/40	47/94	
Банан	100/100	95/95	Яблоко

Полезно знать!

В винограде содержатся витамин: С, А, витамины группы В, К, кальций, натрий, фосфор; в кожице винограда присутствуют дубильные вещества, воск и эфирные масла, много клетчатки. Благодаря такому составу виноград – прекрасный антиоксидант, т.е., помогает детскому организму избавляться от токсических веществ.