МАДОУ д/с № 51 города Тюмени

Утверждаю:

Заведующий детским садом _____ Плашинова Ирина Валерьевна

(подпись)

Меню на день 20 ноября 2026 г.

10 день: Столовая №2

Категория **Аллергия на МБ (3-7 лет)** Диета **ДС**

Наименование блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	Ккал
Завтрак		**21**	**5,6**	**35,1**	**275**
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая на воде с м/р	200	3,5	5,5	24,5	162
Чай с лимоном	180	0,1		10,5	42
Хлебцы	20	17,4	0,1	0,1	71
2-й завтрак		**0,4**	**0,2**	**16,4**	**68,3**
Сок (91 ккал)	150	0,4	0,2	16,4	68,3
Обед		**20,7**	**18,2**	**80**	**565,4**
Салат из огурцов с маслом	60	0,5	4,1	0,9	42
Уха рыбацкая	180/50	11,3	6,7	11,7	152,2
Биточки рубленные из птицы запеченные	70	3,1	2,6	15,1	96,2
Макаронные изделия БГ отварные с м/р	150	5,5	4,6	36,9	211
Кисель из свежих ягод	180	0,3	0,2	15,4	64
Полдник		**3**	**4,7**	**9,4**	**92,2**
Кондитерское изделие (печенье диетическое)	40	3	4,7	9,4	92,2
Молоко растительное	100				
Ужин		**12**	**16,2**	**64,6**	**452,3**
Плов из говядины	160	11,8	15,9	28,3	303,3
Чай с сахаром	200	0,1		12,6	51
Фрукт (98 ккал)	100	0,1	0,3	23,7	98
Соль					
Соль	5				
Итого за день		**57**	**45**	**206**	**1 453**