

Утверждаю

Заведующий д/с №86



МЕНЮ

01.09.2026

Наименование блюда	Выход порции, г ясли/ сад	Химический состав			Эн/ц, ккал ясли/сад
		Белки, г ясли / сад	Жиры, г ясли/сад	Углеводы, г ясли/сад	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150 / 200	5,2/6,9	7,6/10,1	21,8/29,1	177,0/236,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150 / 200	3,0/3,1	3,0/3,1	11,5/13,9	85,7/96,6
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30 / 40	1,5/2,3	0,6/0,9	16,9/22,0	79,0/105,2
		9,7/12,3	11,2/14,1	50,2/65,0	341,7/437,8
II Завтрак					
БИОТВОРОГ	100 / 100	2,9/2,9	1,0/1,0	3,9/3,9	38,8/38,8
БАТОН	20 / 25	1,5/1,9	0,6/0,7	10,3/12,9	52,4/65,5
ФРУКТ	100/100	0,4/0,4	0,3/0,3	10,3/10,3	47,0/47,0
		4,8/5,2	1,9 /2,0	24,5/27,1	138,2/151,3
Обед					
ЩИ С МЯСОМ	150 / 200	5,2/6,7	5,6/7,3	7,2/9,6	103,7/134,5
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40 / 50	0,3/0,4		1,0/1,3	5,6/7,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120 / 140	2,7/3,4	5,2/5,3	17,4/22,5	126,9/152,1
КОТЛЕТА РЫБНАЯ / РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	50 / 70	9,4/12,4	2,7/2,8	7,8/0,2	92,8/75,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150 / 180			5,0/6,1	20,1/24,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30 / 30	2,0/2,0	0,3/0,3	12,7/12,7	61,2/61,2
		19,6/24,9	13,8/15,7	51,1/52,4	410,3/454,9
Уплотненный полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120 / 150	19,6/24,5	11,5/14,3	22,6/28,3	277,3/346,5
СОУС МОЛОЧНЫЙ	30 / 30	0,6	1,6	4,0	32,7
МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ	150 / 200	4,2/5,6	4,7/6,2	6,8/9,1	87,3/116,4
БАТОН	20 / 30	1,5/2,3	0,6/0,9	10,3/15,4	52,4/78,6
		25,9/33,0	18,4/23,0	43,7/56,8	449,7/574,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		60,0/75,4	45,3/54,8	169,5/201,3	1339,9/1618,2