

Утверждаю
Заведующий д/с №86



МЕНЮ

09.09.2026

Наименование блюда	Выход блюда ясли/сад, г	Химический состав			Эн/ц ясли/сад, ккал
		Белки ясли/сад, г	Жиры ясли/сад, г	Углеводы ясли/сад,	
Завтрак					
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40 / 50	1,2/1,5	0,1/0,1	2,5/3,2	15,5/19,4
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
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150 / 200	3,0/3,9	3,1/4,1	10,7/14,2	83,3/111,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30 / 40	1,9/2,5	4,9/6,7	12,9/17,0	102,9/138,8
		26,3/33,2	21,2/25,3	52,7/67,7	511,7/638,7
II Завтрак					
КЕФИР	150 / 180	4,4/5,2	3,8/4,5	6,0/7,2	79,5/95,4
ВАФЛИ	30 / 30	0,9/0,9	1,0/1,0	23,2/23,2	106,2/106,2
		5,3/6,1	4,8/5,5	29,2/30,4	185,7/201,6
Обед					
СУП РЫБНЫЙ	150 / 200	5,6/7,9	2,1/2,9	9,7/15,6	80,5/120,8
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120 / 140	3,0/3,5	4,2/2,9	9,1/10,6	88,4/85,0
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	50 / 70	7,7/9,7	8,9/11,2	5,6/6,9	133,4/166,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150 / 180			5,0/6,1	20,1/24,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20 / 30	1,3/2,0	0,2/0,3	8,5/12,7	40,8/61,2
		17,6/23,1	15,4/17,3	37,9/51,9	363,2/458,3
Уплотненный полдник					
САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40/50	0,38/0,47	2,00/2,51	1,43/1,79	25,72/32,17
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	120 / 140	3,7/5,0	4,0/4,4	23,3/32,0	144,1/187,2
СЕРДЦЕ ТУШЕНОЕ В СОУСЕ	50 / 70	7,1/9,9	4,4/6,2	2,8/4,0	82,5/115,5
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОДЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ	150 / 200	0,1/0,1		15,2/22,0	61,2/88,3
БАТОН	20 / 30	1,5/2,3	0,6/0,9	10,3/15,4	52,4/78,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20 / 20	1,3	0,2	8,5	40,8
		13,7/18,6	9,2/11,7	60,1/81,9	381,0/510,4
		58,4/81,0	50,6/59,8	179,9/231,9	1441,6/1809,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:					