



МЕНЮ

2026 г.

на

16 июля

Наименование блюда 2 день	Без нэрсэ ашыйбыз		Выход г 3-7 лет	Б г	Ж г	У г	Энергетичность Ккал, Витамин С
	Выход г 1-3 лет	г					
Завтрак:							
Каша манная молочная с маслом	150/3	3,90/5,20	200/3		4,38/5,80	19,00/25,20	131,00/173,80
Какао с молоком	160	2,00/2,42	180		2,20/2,58	11,30/13,61	65,16/87,30
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3	3,50/4,00	25/7/3		5,95/6,00	12,90/12,83	119,60/122,00
Итого:	346	9,40/11,62	418		12,33/14,38	43,20/51,64	315,76/383,10
2 завтрак:							
Фрукты свежие	85	0,34/0,34	100		0,34/0,34	10,50/10,50	47,00/49,00
Итого:	85	0,34/0,34	85		0,34/0,34	10,50/10,50	47,00/49,00
Обед:							
Салат из свежей капусты	30	0,36/0,60	50		1,50/2,50	2,52/4,20	25,00/42,00
Суп крестьянский с курицей, со сметаной	150/10/5	3,00/3,50	200/15/5		5,80/7,80	14,70/19,70	121,00/163,00
Ёжики мясные паровые	50	6,50/8,75	70		4,86/6,80	10,41/8,15	121,43/170,00
Пюре картофельное	110	2,20/3,70	130		3,30/4,44	15,40/25,00	131,15/155,00
Компот из свежих яблок	150	0,10 / 0,10	180		0,10/ 0,10	10,20/11,80	42,10/49
Хлеб сельский	30	1,5/1,8	37,5		0,3/0,4	14,3/18	66/82,5
Итого:	688,5	13,66/18,45	688,5		15,86/22,04	67,53/86,85	506,68/661,50
Полдник:							
Кондитерские изделия (печенье)	10	3,20/3,20	10		3,38/3,38	26/27,00	114,00/168,00
Молоко кипяченое	100	2,30/2,50	110		2,50/2,75	3,60/4,00	46,00/51,00
Суфле	110/10	5,82/9,00	150/20		8,10/12,50	15,53/24,00	158,00/245,00
Чай с сахаром и лимоном	150/4/4	0,09 / 0,12	180/5/5		0,01 / 0,01	8,50/10,20	34,50/41,00
Хлеб пшеничный	20	1,6/1,52	20		0,2/0,16	9,8/9,84	47/47,00
Итого:	398	13,01/16,34	500		14,19/18,80	63,43/75,04	399,50/552,00
ВСЕГО:	1364,00	36,41/46,75	1691,5		42,72/55,56	224,03/232,06	1268,94/1645,60

С. Семягина Е.В.

Семягина Е.В.

Ст. мед/сестра: