



**МЕНЮ**  
**11 июня 2026 г.**

**Сад 12 часов**

| Наименование блюда                                    | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                       |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                               |       |                   |         |             |                                     |
| -КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ | 150   | 7,49              | 9,71    | 24,87       | 218,01                              |
| -КАКАО С МОЛОКОМ                                      | 200   | 1,97              | 1,53    | 9,22        | 59,29                               |
| -БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ                                 | 35    | 0,95              | 3,91    | 16,49       | 103,10                              |
| МАНДАРИН                                              | 102   | 0,81              | 0,20    | 7,61        | 38,57                               |
| Итого                                                 |       | 11,22             | 15,35   | 58,19       | 418,97                              |
| II Завтрак                                            |       |                   |         |             |                                     |
| ЙОГУРТ 2,5% КЛУБНИЧНЫЙ                                | 111   | 2,50              | 3,03    | 13,17       | 90,93                               |
| Итого                                                 |       | 2,50              | 3,03    | 13,17       | 90,93                               |
| Обед                                                  |       |                   |         |             |                                     |
| -САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                                      | 50    | 0,70              | 3,79    | 4,00        | 48,95                               |
| СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНЫЙ) СО СМЕТАНОЙ                 | 200   | 4,43              | 4,73    | 15,56       | 116,35                              |
| -ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)                           | 70    | 12,21             | 8,60    | 6,41        | 151,84                              |
| -ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ                         | 150   | 2,01              | 6,26    | 20,32       | 147,71                              |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                                  | 20    | 1,32              | 0,18    | 8,48        | 40,79                               |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 35    | 2,63              | 1,02    | 17,99       | 91,70                               |
| НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА                                  | 200   | 0,77              | 0,31    | 15,76       | 84,36                               |
| Итого                                                 |       | 24,07             | 24,89   | 88,52       | 681,70                              |
| Полдник                                               |       |                   |         |             |                                     |
| -САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ<br>(НАРЕЗКА)     | 50    | 0,41              | 0,05    | 2,91        | 6,63                                |
| -ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)                              | 80    | 11,52             | 7,85    | 10,26       | 158,44                              |
| -КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ                                   | 150   | 2,44              | 8,59    | 26,64       | 181,87                              |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                                  | 20    | 1,32              | 0,18    | 8,48        | 40,79                               |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-                                     | 200   | 0,23              | 0,03    | 7,57        | 35,99                               |
| ВАФЛИ                                                 | 30    | 0,85              | 1,00    | 23,38       | 107,09                              |
| Итого                                                 |       | 16,77             | 17,70   | 79,24       | 530,81                              |
| Всего                                                 |       | 54,56             | 60,97   | 239,12      | 1 722,41                            |