



МЕНЮ

22 июля 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	150	5,28	6,21	23,56	165,64
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,55	0,60	10,59	53,99
-ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	8,98	36,46
-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,34	5,31	10,44	96,90
Итого		11,31	12,12	53,57	352,99
II Завтрак					
ЙОГУРТ 2,5% ЯБЛОКО-ГРУША	111	2,95	3,03	13,19	90,88
Итого		2,95	3,03	13,19	90,88
Обед					
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	55	1,59	3,05	3,35	47,09
-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	200	3,16	4,19	16,21	119,69
-СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	75	9,00	4,18	18,66	148,98
-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	130	2,34	7,96	18,36	139,18
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	28	1,84	0,25	11,80	56,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,68	1,04	18,35	93,52
СОК ФРУКТОВЫЙ	188	0,94	0,19	18,95	80,66
Итого		21,55	20,86	105,68	685,92
Полдник					
-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,41	0,05	2,91	6,63
-МАКАРОННИК С МЯСОМ	205	26,87	18,30	40,49	434,30
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,22	0,30	14,22	68,42
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	184	5,43	4,69	8,99	101,11
-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,88	2,05	23,66	120,49
Итого		36,81	25,39	90,27	730,95
Всего		72,62	61,40	262,71	1 860,74