



## МЕНЮ

4 августа 2026 г.

### Сад 12 часов

| Наименование блюда                               | Выход  | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------------------------------------|--------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                  |        | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак                                          |        |                   |         |             |                               |
| -БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ                            | 35     | 0,93              | 3,83    | 16,15       | 100,96                        |
| -ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ       | 175/20 | 9,39              | 7,39    | 14,03       | 152,22                        |
| -ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                   | 190/10 | 0,23              | 0,01    | 10,26       | 43,74                         |
| ГРУША                                            | 99     | 0,40              | 0,30    | 10,24       | 46,75                         |
| Итого                                            |        | 10,95             | 11,53   | 50,68       | 343,67                        |
| II Завтрак                                       |        |                   |         |             |                               |
| ЙОГУРТ 2,5% КЛУБНИЧНЫЙ                           | 110    | 2,48              | 3,00    | 13,04       | 90,03                         |
| Итого                                            |        | 2,48              | 3,00    | 13,04       | 90,03                         |
| Обед                                             |        |                   |         |             |                               |
| -САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ                      | 50     | 1,03              | 4,92    | 13,55       | 43,48                         |
| -РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 200    | 5,39              | 4,64    | 12,60       | 114,11                        |
| -РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ           | 80     | 8,95              | 4,60    | 6,52        | 131,42                        |
| -ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                               | 150    | 2,90              | 6,87    | 24,48       | 152,80                        |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-                           | 180    | 0,17              | 0,07    | 7,99        | 34,48                         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                             | 25     | 1,66              | 0,22    | 10,60       | 50,99                         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                         | 35     | 2,63              | 1,02    | 17,99       | 91,70                         |
| Итого                                            |        | 22,73             | 22,34   | 93,73       | 618,98                        |
| Полдник                                          |        |                   |         |             |                               |
| -ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ               | 140/20 | 6,59              | 7,57    | 23,41       | 226,70                        |
| НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ                       | 200    | 1,00              | 2,50    | 11,10       | 53,28                         |
| -ЧАЙ С МОЛОКОМ                                   | 200    | 2,56              | 2,80    | 12,94       | 68,00                         |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                         | 30     | 2,25              | 0,87    | 15,42       | 78,60                         |
| -ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                             | 45     | 2,97              | 2,31    | 2,42        | 42,92                         |
| Итого                                            |        | 15,37             | 16,05   | 65,29       | 469,50                        |
| Всего                                            |        | 51,53             | 52,92   | 222,74      | 1 522,18                      |