



МЕНЮ
9 июля 2026 г.
Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ 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 (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