



МЕНЮ
21 сентября 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,81	3,23	19,71	129,10
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,39	1,39	12,77	70,53
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,21	4,80	9,85	80,88
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	25	3,07	2,78	0,16	38,02
Итого		11,88	12,60	52,30	365,57
II Завтрак					
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100				
Итого		0,40	0,40	9,81	47,04
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,56	2,49	10,55	47,20
-БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	5,50	5,63	11,41	118,86
-ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	85	10,29	6,70	5,03	174,38
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,33	5,83	28,57	137,06
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40
СОК ФРУКТОВЫЙ	183	0,91	0,18	18,43	78,48
Итого		23,08	21,67	96,99	669,57
Полдник					
-САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50	1,40	3,87	4,94	41,33
-ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	200	18,90	13,79	24,10	297,32
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19
-ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,56	2,80	12,94	68,00
-БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	55	2,54	2,90	25,30	127,37
Итого		27,39	23,62	80,00	595,21
Всего		65,30	60,92	242,48	1 721,23