



МЕНЮ
30 сентября 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
-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	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
НАПИСТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	184	5,43	4,69	8,99	101,11
Итого		36,81	25,39	90,27	730,95
Всего		72,62	61,40	262,71	1 860,74