

МЕНЮ

Утверждаю

Зав. Волкова О.А. _____

На 20 января 2026 г.

	ВЫХОД ГОТОВЫХ БЛЮД (г)			
	если	Ккал	сад	Ккал
<u>ЗАВТРАК:</u>				
Каша пшённая молочная с м/с	150	293,4	180	333,1
Хлеб пшеничный с маслом сливочным	30/5	113,4	40/8	115,8
Какао с молоком и сахаром	180	119,7	200	121,8
Всего за завтрак:		508,5		580,7
<u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</u> яблоко	80	57,3	82	57,3
<u>ОБЕД:</u>				
Борщ с курой и сметаной	180	340,9	200	356,8
Пюре картофельное с м/с	150/50	174,8	160/60	184,5
Котлета мясная				
Хлеб ржаной	35	113,6	41	115,8
Компот из сухофруктов	180	119,8	200	125,6
Всего за обед:		598,5		672,2
<u>ПОЛДНИК:</u>				
Крекер				
Сок	180	123,8	202	157,3
Всего в полдник:		123,8		157,3
<u>УЖИН:</u>				
Омлет с м/с	130/25	236,9	150/30	237,8
Икра кабачковая				
Хлеб пшеничный	30	98,1	41	102,3
Чай сладкий	180	123,8	200	157,3
Всего за ужин:		444,52		487,7
Всего за день:		1750,2		1983,6