

МЕНЮ

Утверждаю

Зав. Волкова О.А. _____

На 5 августа 2026 г.

	ВЫХОД ГОТОВЫХ БЛЮД (г)			
	если		сад	
<u>ЗАВТРАК:</u>		Ккал	Выход	Ккал
Запеканка из творога со сметанным соусом	140/40	314,4	150/45	316,9
Хлеб пшеничный с маслом сливочным	30/5	113,4	40/8	124,3
Кофейный напиток с молоком и сахаром	180	71,8	200	87,1
Всего за завтрак:		478,6		522,8
<u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:сок</u>	100		102	
<u>ОБЕД:</u>				
Щи с курицей и сметаной	180	329,5	200	336,1
Плов с курой и м/с	150	184,2	160	187,5
Хлеб ржаной	35	57,8	39	62,8
Компот из кураги	180	124,8	200	132,5
Всего за обед:		616,3		690,6
<u>ПОЛДНИК:</u>				
Вафля				
Кисель	180	123	200	123,8
Всего в полдник:		123		123,8
<u>УЖИН:</u>				
Рагу овощное с м/с	150/25	198,3	160/30	199,2
Кукуруза консервированная				
Хлеб пшеничный	30	95,1	40	97,5
Чай с сахаром	180	40,6	200	52,7
Всего за ужин:		310,4		360,1
Всего за день:		1528,3		1720,6