

# МЕНЮ

Утверждаю

**На 14 сентября 2026 г.**

|                                         | Выход<br>ГОТОВЫХ БЛЮД (г) |               |       |              |
|-----------------------------------------|---------------------------|---------------|-------|--------------|
|                                         | если                      | сад           |       |              |
| <b><u>ЗАВТРАК:</u></b>                  |                           | Ккал          | Выход | Ккал         |
|                                         |                           | л             |       | л            |
| Каша геркулесовая<br>молочная с м/с     | 150                       | 293,4         | 180   | 333,1        |
| Хлеб пшеничный с маслом<br>сливочным    | 30/5                      | 133,4         | 40/8  | 145,8        |
| Кофейный напиток с<br>молоком и сахаром | 180                       | 217,2         | 200   | 218,8        |
| <b>Всего за завтрак:</b>                |                           | 623,8         |       | 723,3        |
| <b><u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</u></b>           |                           |               |       |              |
| <b><u>ОБЕД:</u></b>                     |                           |               |       |              |
| Суп по-Польски на<br>курином бульоне    | 180                       | 228,9         | 200   | 231,4        |
| Греча с курой и овощами                 | 150                       | 189,3         | 160   | 194,3        |
| Хлеб ржаной                             | 35                        | 99,8          | 35,5  | 110,6        |
| Морс                                    | 180                       | 71,8          | 200   | 85,6         |
| <b>Всего за обед:</b>                   |                           | <b>479,01</b> |       | <b>620,0</b> |
| <b><u>ПОЛДНИК:</u></b>                  |                           |               |       |              |
| Печенье                                 |                           |               |       |              |
| Чай с сахаром                           | 180                       | 123           | 200   | 157          |
| <b>Всего в полдник:</b>                 |                           | 123           |       | 157          |
| <b><u>УЖИН:</u></b>                     |                           |               |       |              |
| Омлет с м/с                             | 140                       | 218,5         | 150   | 220,4        |
| Хлеб пшеничный                          | 30                        | 113,4         | 39    | 123          |
| Чай сладкий                             | 180                       | 40,6          | 200   | 52,7         |
| <b>Всего за ужин:</b>                   |                           | <b>294,2</b>  |       | <b>391,9</b> |

***Всего за день:***

**1809,  
4**

**2229,  
5**

