

# МЕНЮ

Утверждаю

Зав. Волкова О.А.

**На 15 сентября 2026 г.**

|                                      | ВЫХОД<br>ГОТОВЫХ БЛЮД (г) |          |        |          |
|--------------------------------------|---------------------------|----------|--------|----------|
|                                      | если                      | сад      |        |          |
| <b><u>ЗАВТРАК:</u></b>               |                           | Кка<br>л | Выход  | Кка<br>л |
| Каша пшённая молочная с м/с          | 150                       | 293,4    | 180    | 333,1    |
| Хлеб пшеничный с маслом<br>сливочным | 30/5                      | 133,4    | 40/8   | 145,8    |
| Какао с молоком и сахаром            | 180                       | 217,2    | 200    | 218,8    |
| <b>Всего за завтрак:</b>             |                           | 623,8    |        | 723,3    |
| <b><u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</u></b> яблоко |                           |          |        |          |
| <b><u>ОБЕД:</u></b>                  |                           |          |        |          |
| Щи с курицей и сметаной              | 180                       | 228,9    | 200    | 231,4    |
| Пюре картофельное с м/с              | 140/50                    | 189,3    | 160/55 | 194,3    |
| Котлета мясная                       |                           |          |        |          |
| Хлеб ржаной                          | 35                        | 99,8     | 38     | 110,6    |
| Компот из сухофруктов                | 180                       | 71,8     | 200    | 85,6     |
| <b>Всего за обед:</b>                |                           | 479,01   |        | 620,0    |
| <b><u>ПОЛДНИК:</u></b>               |                           |          |        |          |
| Булочка «Неженка»                    | 55                        | 93,1     | 60     | 93,8     |
| Йогурт                               | 180                       | 123      | 193    | 157      |
| <b>Всего в полдник:</b>              |                           | 216,1    |        | 250,8    |
| <b><u>УЖИН:</u></b>                  |                           |          |        |          |
| Вермишель в молоке с м/с             | 150                       | 218,5    | 180    | 220,4    |
| Хлеб пшеничный                       | 30                        | 113,4    | 37,5   | 123      |
| Чай сладкий                          | 180                       | 40,6     | 200    | 52,7     |
| <b>Всего за ужин:</b>                |                           | 294,2    |        | 391,9    |
| <b>Всего за день:</b>                |                           | 1809,4   |        | 2229,5   |