

МЕНЮ

Утверждаю

Зав. Волкова О.А.

На 21 августа 2026 г.

	ВЫХОД ГОТОВЫХ БЛЮД (г)			
	если	сад		
<u>ЗАВТРАК:</u>		Ккал	Выход	Ккал
Омлет с м/с	140/25	293,4	150/35	333,1
Икра кабачковая				
Хлеб пшеничный с повидлом	30/11	133,4	40/14	145,8
Кофейный напиток с молоком и сахаром	180	217,2	200	218,8
Всего за завтрак:		623,8		723,3
<u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</u> сок	100		100	
<u>ОБЕД:</u>				
Рассольник на м/к бульоне	180	228,9	200	231,4
Капуста тушёная с мясом и м/с	160	189,3	170	194,3
Хлеб ржаной	35	99,8	36	110,6
Компот из сухофруктов	180	71,8	200	85,6
Всего за обед:		479,01		620,0
<u>ПОЛДНИК:</u>				
Пряник				
Чай с сахаром	180	123	200	157
Всего в полдник:		123		157
<u>УЖИН:</u>				
Каша рисовая с м/с	150	218,5	180	220,4
Хлеб пшеничный	30	113,4	40	123
Чай сладкий	180	40,6	200	52,7
Всего за ужин:		294,2		391,9
Всего за день:		1809,4		2229,5