Утверждаю
И.о. Заведующего д/с №86
Медведева Е.А.



МЕНЮ

09.11.2026

Наименование блюда	Выход блюда, г ясли/сад	Химический состав			Эн/ц, ккал ясли/сад
		Белки, г ясли/сад	Жиры, г ясли/сад	Углеводы, г ясли/сад	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150 / 200	5,0/6,7	7,6/10,1	17,8/23,8	160,4/213,8
ЧАЙ С САХАРОМ	150 / 200	0,1/0,2		7,0/8,1	28,5/32,9
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30 / 40	2,7/3,6	6,2/9,1	10,3/12,9	107,5/148,1
		7,8/10,5	**13,8/19,2**	**35,1/44,8**	**296,4/394,8**
II Завтрак					
КЕФИР	150 / 180	4,4/5,2	3,8/4,5	6,0/7,2	79,5/95,4
ВАФЛЯ	25 / 25	0,9/0,9	1,1/1,1	23,3/23,3	106,2/106,2
		5,3/6,1	**4,9/5,6**	**29,3/30,5**	**185,7/201,6**
Обед					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150 / 200	5,3/6,7	5,0/6,5	10,8/14,4	109,9/142,8
РИС РАССЫПЧАТЫЙ	120 / 140	2,9/3,4	2,8/3,3	30,5/35,6	158,7/185,3
ЗРАЗЫ РУБЛЕНЫЕ	50 / 70	8,7/12,6	12,1/17,2	6,7/9,9	170,1/245,2
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	1,2	1,5	18,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150 / 180			5,0/6,1	20,1/24,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20 / 30	1,3/2,0	0,2/0,3	8,5/12,7	40,8/61,2
		18,5/25,0	**21,3/28,5**	**63,0/80,2**	**517,8/677,1**
Уплотненный полдник					
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ С МЯСОМ	180 / 200	11,3/12,9	11,0/12,5	23,8/26,5	242,6/274,1
КАКАО С МОЛОКОМ	150 / 200	2,9/3,9	3,0/4,0	10,1/13,4	79,8/106,4
БАТОН	20 / 30	1,5/2,3	0,6/0,9	10,3/15,4	52,4/78,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20 / 20	1,3	0,2	8,5	40,8
		17,0/20,4	**14,8/17,6**	**52,7/63,8**	**415,6/499,9**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**48,6/62,0**	**54,8/70,9**	**180,1/219,3**	**1415,5/1773,4**