Утверждаю

ИО заведующего д/с №86

МЕНЮ

10.11.2026

Наименование блюда	Выход порции, г ясли/ сад	Химический состав			Эн/ц, ккал ясли/сад
		Белки, г ясли / сад	Жиры, г ясли/сад	Углеводы, г ясли/сад	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150 / 200	5,2/6,9	7,6/10,1	21,8/29,1	177,0/236,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150 / 200	3,0/3,1	3,0/3,1	11,5/13,9	85,7/96,6
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30 / 40	1,5/2,3	0,6/0,9	16,9/22,0	79,0/105,2
		9,7/12,3	**11,2/14,1**	**50,2/65,0**	**341,7/437,8**
II Завтрак					
БИОТВОРОГ	100 / 100	2,9/2,9	1,0/1,0	3,9/3,9	38,8/38,8
БАТОН	20 / 25	1,5/1,9	0,6/0,7	10,3/12,9	52,4/65,5
ФРУКТ	100/100	0,4/0,4	0,3/0,3	10,3/10,3	47,0/47,0
		4,8/5,2	**1,9 /2,0**	**24,5/27,1**	**138,2/151,3**
Обед					
ЩИ С МЯСОМ	150 / 200	5,2/6,7	5,6/7,3	7,2/9,6	103,7/134,5
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40 / 50	0,3/0,4		1,0/1,3	5,6/7,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120 / 140	2,7/3,4	5,2/5,3	17,4/22,5	126,9/152,1
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	50 / 70	9,4/12,4	2,7/2,8	7,8/0,2	92,8/75,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150 / 180			5,0/6,1	20,1/24,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30 / 30	2,0/2,0	0,3/0,3	12,7/12,7	61,2/61,2
		19,6/25,7	**13,8/16,6**	**51,1/63,0**	**410,3/509,3**
Уплотненный полдник					
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	120 / 150	19,5/28,7	13,2/18,6	24,3/31,2	297,6/413,0
СОУС МОЛОЧНЫЙ	30/30	0,6/0,6	1,9/1,0	1,9/1,9	27,6/27,6
МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ	150 / 200	4,2/5,6	4,7/6,2	6,8/9,1	87,3/116,4
БАТОН	20 / 30	1,5/2,3	0,6/0,9	10,3/15,4	52,4/78,6
		25,9/37,2	**20,4/26,7**	**43,3/57,6**	**464,9/626,9**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**60,0/80,4**	**47,3/59,4**	**169,1/212,7**	**1355,1/1725,3**