Утверждаю
ИО заведующего МБДОУ №86 «Айболит»

МЕНЮ

13.11.2026

Наименование блюда	Выход блюда ясли/сад, г	Химический состав			Эн/ц ясли/сад,ккал
		Белки ясли/сад, г	Жиры ясли/сад,	Углеводы ясли/сад, г	
Завтрак					
ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	150 / 200	4,8/6,4	7,3/9,7	19,8/26,4	164,7/219,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150 / 200	3,0/3,1	3,0/3,1	11,5/13,9	85,7/96,6
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30 / 40	1,9/2,5	4,9/6,7	12,9/17,0	102,9/138,8
		9,7/12,0	**15,2/19,5**	**44,2/57,3**	**353,3/455,0**
II Завтрак					
КЕФИР	150 / 180	4,3/5,2	3,7/4,5	6,0/7,2	79,5/95,4
БАТОН	20 / 25	1,5/1,9	0,5/0,7	10,3/12,9	52,4/65,5
		5,8/7,1	**4,2/5,2**	**16,3/20,1**	**131,9/160,9**
Обед					
СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	150 / 200	8,4/12,0	8,4/8,8	17,3/25,3	178,2/228,7
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	120 / 140	4,5/5,4	3,6/4,2	20,5/24,4	132,3/156,5
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50 / 70	9,8/13,7	12,2/17,0	8,4/11,7	182,3/254,5
СОУС ТОМАТНЫЙ	30 / 30	0,3/0,3	1,2/1,2	1,5/1,5	18,2/18,2
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
		24,3/33,4	**25,6/31,5**	**61,2/81,7**	**571,9/743,5**
Уплотненный полдник					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ / С СЕЛЬДЬЮ	120 / 180	1,9/9,0	6,3/10,7	12,3/14,4	113,9/190,7
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40 / 40	5,0/5,0	4,5/4,5	0,3/0,3	61,4/61,4
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОДЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ	150 / 200	0,1/0,1		16,5/22,0	66,3/88,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20 / 20	1,3/1,3	0,2/0,2	8,5/8,5	40,8/40,8
БУЛОЧКА	60 / 70	7,4/8,4	4,4/5,0	46,8/54,5	255,7/296,4
		15,7/23,8	**15,4/20,4**	**84,4/99,7**	**538,1/677,6**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**55,5/76,3**	**60,4/76,6**	**206,1/258,8**	**1595,2/2037,0**