

Утверждаю
Заведующая МБДОУ ЦРР Д/С №86
Т.А. Козельская

МЕНЮ на 25.12.2025

наименование блюда	масса	ккал
ЗАВТРАК		
Каша манная жидкая молочная	150/180	156,84/186,3
Кофейный напиток с молоком	180/200	77,4/86
Хлеб пшеничный с маслом	20/5 30/10	105,2/127,6
Итого:	355/420	339,44/399,9
2 – ой ЗАВТРАК		
Сок яблочный	150/180	75,01/90,1
Итого:	150/180	75,01/90,1
ОБЕД		
Помидор консервированный	40/60	19,5/20,5
Суп гороховый на м/к/б со сметаной	160/210	108,58/126,6
Жаркое по домашнему с отв.мясом	160/200	222,6/238,5
Компот из апельсинов	150/200	26,6/42,4
Хлеб ржаной	40/50	75,4/94,25
Итого:	550/720	452,68/ 522,25
ПОЛДНИК		
Кефир	180/200	125,5/139,4
Вафли	20/30	136,08/204,12
Хлеб пшеничный	20	60,2
Итого:	220/250	321,78/403,72
УЖИН		
Котлета рыбная/Рыба припущенная	80/100	104,3/189,2
Салат из свеклы	90/110	65,8/82,3
Чай сахаром	210	20,1
Хлеб пшеничный	20/30	60,2/64,2
Итого:	400/450	250,4/355,8
соль поваренная пищевая йодированная 3/5		
Итого за день ккал		1439,31/1771,77

Ответственный



Антонова Е.С.