

Утверждаю
Заведующая МБДОУ ЦРР Д/С №86

Т.А. Козельская

МЕНЮ на 01.04.2026

наименование блюда	масса	ккал
ЗАВТРАК		
Каша молочная геркулесовая	180/220	208,8/255,2
Кофейный напиток с молоком	180/200	77,4/86
Хлеб пшеничный с маслом с сыром	30/5 40/10 15	105,2/127,6
Итого:	360/465	391,4/468,8
2 – ой ЗАВТРАК		
яблоко	105	47,8
Итого:	105	47,8
ОБЕД		
помидор консервированный	40/60	58,1/87,7
Щи из свежей капусты на м/к/б со сметаной	150/200	108,6/144,8
Жаркое по домашнему с отв.мясом говядины	160/200	222,6/298,5
Компот из с/ф с вит С	150/180	50,6/81
Хлеб ржаной	40/50	75,4/94,25
Итого:	540/690	500,9/706,25
ПОЛДНИК		
Молоко кипяченое	180/220	103,3/150,8
Хлеб пшеничный	20/30	60,2/64,2
Итого:	200/250	163,5/215
УЖИН		
Котлета рыбная	60/80	78,2/104,3
Салат из зеленого горшка	110/130	94,38/111,54
Чай сахаром	210	20,1
Хлеб пшеничный	20/30	60,2/64,2
Итого:	400/450	252,88/300,14
соль поваренная пищевая йодированная 3/5		
Итого за день ккал		1356,48/1737,99

Ответственный ЭА Антонова Е.С.