



Утверждаю
Заведующая МБДОУ ЦРР Д/С №86

Т.А. Козельская

МЕНЮ на 21.04.2026

наименование блюда	масса	ккал
ЗАВТРАК		
Каша рисовая жидкая молочная	150/180	138,4/186,87
Чай сахаром	180/210	17,2/20,1
Хлеб пшеничный с маслом	20/5 30/10	105,2/127,6
Итого:	355/430	260,8/334,57
2 – ой ЗАВТРАК		
Сок абрикосовый	150/180	75,01/90,1
Итого:	150/180	75,01/90,1
ОБЕД		
огурец консервированный	40/60	19,5/20,5
Суп с зеленым горошком на м/к/б со сметаной	160/210	108,58/126,6
Жаркое по- домашнему с мясом говядины	160/200	256,3/350,39
Компот из с/ф с вит С	150/180	50,6/81
Хлеб ржаной	40/50	75,4/94,25
Итого:	550/720	510,38/672,74
ПОЛДНИК		
Кефир	180/220	125,5/151
Хлеб пшеничный	20/30	60,2/64,2
Итого:	200/250	185,7/215,2
УЖИН		
Запеканка творожная/ яйцо	110/130/40	157,9/182,19
Соус молочный	50/90	59,6/153,5
Какао с молоком	200/220	95/104,5
Хлеб пшеничный	20	60,2
Итого:	420/500	372,7/500,39
соль поваренная пищевая йодированная 3/5		
Итого за день ккал		1404,59/1813

Ответственный  Антонова Е.С.