

Утверждаю
Заведующая МБДОУ ЦРР Д/С №86

Т.А. Козельская

МЕНЮ на 05.02.2026

наименование блюда	масса	ккал
ЗАВТРАК		
Каша пшеничная жидкая молочная	150/200	206,2/274,9
Кофейный напиток с молоком	180/200	77,4/86
Хлеб пшеничный с маслом с сыром	20/5 30/10 10/15	105,2/127,6
Итого:	365/435	388,8/488,5
2 – ой ЗАВТРАК		
Сок яблочно- виноградный	150/180	75,01/90,1
Итого:	150/180	75,01/90,1
ОБЕД		
Салат из квашеной капусты	40/60	11/12
Рассольник домашний на м/к/б со сметаной	160/210	90/98,6
Картофельное пюре	110/160	102/179,4
Котлета мясная	60/80	137,2/183
Компот из с/ф с вит С	150/200	14,9/19,8
Хлеб ржаной	40/50	75,4/94,25
Итого:	560/790	429,5/587,05
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	130/150	157,9/182,19
Соус фруктовый	50/90	59,6/153,5
Какао с молоком	200/220	95/104,5
Хлеб пшеничный	20	60,2
Итого:	400/480	372,7/500,39
соль поваренная пищевая йодированная 3/5		
Итого за день ккал		1451,7 /1881,24

Ответственный Е.С. Антонова Антонова Е.С.