Утверждаю
Заведующая МБДОУ ЦРР Д/С №86

Т.А. Козельская

МЕНЮ на 10.04.2026

наименование блюда	масса	ккал
ЗАВТРАК		
Каша молочная с макаронными изделиями	150/180	125,2/150,4
Кофейный напиток с молоком	180/200	77,4/86
Хлеб пшеничный с маслом	30/5 40/10	105,2/127,6
Итого:	***365/430***	***307,8/364***
2 – ой ЗАВТРАК		
Сок абрикосовый	150/180	75,01/90,1
Итого:	***150/180***	***75,01/90,1***
ОБЕД		
огурец соленый	40/60	11/12
Борщ со сметаной	150/180	73,8/88,6
Рис отварной	130/150	162,8/203,5
котлета рыбная	60/90	174,1/269,9
Компот из свежих яблок с вит С	180/200	26,6/42,4
Хлеб ржаной	40/50	75,4/94,25
Итого:	***600/730***	***523,7/710,65***
ПОЛДНИК		
молоко кипяченое	180/220	103,3/150,8
Хлеб пшеничный	20/30	60,2/64,2
Итого:	***200/250***	***163,5/215***
УЖИН		
омлет натуральный	120/150	180,4/225,5
икра кабачковая	60	54
Чай с сахаром	200/210	20,1/22
Хлеб пшеничный	20/30	60,2/64,2
Итого:	***400/450***	***314,7/365,7***
соль поваренная пищевая йодированная 3/5		
Итого за день ккал		***1384,71/1745,45***

Ответственный _____ **Антонова Е.С.**