

ОТВЕТСТВЕННЫЙ *Л/А* АНТОНОВА Е.С.

|   |                |                        |
|---|----------------|------------------------|
| наименование блюда                              | масла          | КМЖЛ                   |
| <b>ЗАВТРАК</b>                                  |                |                        |
| омлет натуральный                               | 130/150        | 142,4/225,5            |
| икра кабачковая                                 | 60             | 51,48                  |
| Чай с сахаром                                   | 180/210        | 19,6/32,9              |
| Хлеб пшеничный с маслом                         | 30/5 40/10     | 105,2/127,6            |
| <b>Итого:</b>                                   | <b>405/470</b> | <b>318,68/437,48</b>   |
| <b>2-ой ЗАВТРАК</b>                             |                |                        |
| яблоко  | 105            | 47,8                   |
| <b>Итого:</b>                                   | <b>105</b>     | <b>47,8</b>            |
| <b>ОБЕД</b>                                     |                |                        |
| Салат из квашеной капусты                       | 40/60          | 11/12                  |
| суп рыбный со сметаной                          | 150/180        | 41,64/49,9             |
| картофельное пюре                               | 110/160        | 102/179,4              |
| печень по строгановски                          | 60/80          | 142/189,3              |
| Компот из с/ф с вит С                           | 150/180        | 50,6/81                |
| Хлеб ржаной                                     | 40/50          | 94,25/117,8            |
| <b>Итого:</b>                                   | <b>550/710</b> | <b>441,49/629,4</b>    |
| <b>ПОЛДНИК</b>                                  |                |                        |
| Кефир   | 180/200        | 125,5/139,4            |
| Булочка домашняя                                | 60             | 172,6                  |
| <b>Итого:</b>                                   | <b>240/260</b> | <b>298,1/312</b>       |
| <b>УЖИН</b>                                     |                |                        |
| Каша манная жидкая молочная                     | 160/200        | 139,01/2003            |
| Какао с молоком                                 | 210            | 95/104,5               |
| Хлеб пшеничный                                  | 30/40          | 60,2/64,2              |
| <b>Итого:</b>                                   | <b>400/450</b> | <b>294,21/375</b>      |
| <b>соль поваренная пищевая йодированная 3/5</b> |                |                        |
| <b>Итого за день ккл</b>                        |                | <b>1400,28/1798,68</b> |

МЕНЮ на 16.03.2026

Заведующая МБЛЮВ ЦРР Д/С №86  
 Т.А. Козельская  
 Утверждено

