

Утверждаю
Заведующая МБДОУ ЦРР Д/С №86

Т.А. Козельская

МЕНЮ на 30.12.2025

наименование блюда	масса	ккал
ЗАВТРАК		
каша Дружба жидкая молочная	150/200	160,7/225,6
Кофейный напиток с молоком	180/200	77,4/86
Хлеб пшеничный с маслом	20/5 30/10	105,2/127,6
Итого:	355/410	343,2/439,2
2 – ой ЗАВТРАК		
Сок яблочный	150/180	75,01/90,1
Итого:	150/180	75,01/90,1
ОБЕД		
суп картофельный на к/б	150/180	86,9/104,28
Капуста тушеная с курицей	160/200	318,25/402,6
Компот из с/ф с вит С	150/180	50,6/81
Хлеб ржаной	40/50	94,25/117,8
Итого:	500/610	550/705,68
ПОЛДНИК		
молоко кипяченое	180/220	103,3/150,8
Хлеб пшеничный	20/30	60,2/64,2
Итого:	200/250	163,5/215
УЖИН		
Яйцо	40	59,6/119,2
Икра кабачковая	120/160	81/108
Чай сахаром	210	20,1
Хлеб пшеничный	30/40	60,2/64,2
Итого:	400/450	220,9/311,5
соль поваренная пищевая йодированная 3/5		
Итого за день ккал		1352,61/1761,48

Ответственный ЭК Антонова Е.С.