

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ 13 день

Дети с 3-7 лет

2026г.

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				ЭЦ, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г		
Завтрак		11,78	14,96	51,51	390,26	
Бутерброд с сыром	18/9	3,67	5,06	10,73	113,05	
Каша жидкая молочная ячневая	200	6,02	6,95	27,20	196,10	
Чай с молоком и сахаром	180	2,28	1,90	13,61	81,16	
Второй завтрак		0,1	0,00	13,68	55,88	
Фрукт (яблоко)	120	0,95	0,20	15,4	90,00	
Обед		22,90	14,47	73,62	575,00	
Нарезка из отварной свеклы	50	0,66	0,10	5,28	25,30	
Рассольник Ленинградский с шпиком и сметаной	200/5	1,2	2,40	10,60	71,00	
Тефтель. Рыбный с соусом	70/ 20	16,48	9,58	2,43	164,38	
Картофельное пюре	130	3,25	4,70	22,01	143,76	
Компот из изюма	180	0,12	0,12	15,06	62,28	
Хлеб "Свежий" из ржаной муки	25	1,65	0,30	8,55	82,80	
Хлеб "Свежий" из пшеничной муки	20	2,02	0,25	12,20	58,40	

Подвик		14,01	5,80	29,98	259,98
Слойка с повидлом	60	4,43	12,00	35,23	205,00
Чай с сахаром	180	0,01	0,00	9,98	39,98
Итого:		48,79	35,23	168,79	1281,12

Зав. Столовой

Мел. Работник