



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 36  
Ф.И.О.

МЕНЮ  
18.06.2026г.

Завтрак:

Наименование блюد	Масса Порции		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин С	
	ясли	сад	белки		жиры		Угл-ды		Ккал		С	
			Я	С	Я	С	Я	С	ясли	сад	ясли	сад
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3	180/3	4,70	6,04	4,80	5,54	23,25	30,04	171,47	214,80		
Кофейный напиток с молоком	180/6	180/6	2,85	2,85	2,41	2,41	10,35	5,99	74,58	74,58	1,17	1,17
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	30/5	1,92	2,29	4,36	4,50	12,92	15,49	98,50	111,68		

2-ой Завтрак:

Сок	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,00	4,00
-----	-----	-----	------	------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	------

Обед:

Салат из свеклы с яблоками	40	60	0,44	0,65	3,1	3,1	2,07	3,86	30,68	46,02		
Щи со свежей капустой с картофелем на бульоне из индейки, со сметаной	150/5	180/7	1,11	1,36	3,70	4,59	3,94	4,77	57,00	70,02	9,59	8,00
Индейка, тушенная с овощами по-татарски	30/30	40/40	4,06	10,76	4,76	10,11	19,42	19,42	136,73	150,93	0,00	5,03
Макаронные изделия отварные, с маслом сливочным	110/2	130/3	4,06	4,81	4,76	6,09	19,42	22,96	136,73	165,79	0,00	0,00
Компот из урюка			0,35	0,40	0,02	0,02	13,83	16,60	56,83	68,20	0,00	2,44
Хлеб пшеничный	150	180	1,52	2,66	0,16	0,28	9,84	17,22	47,00	82,25	0,00	0,00
Хлеб ржаной	20	35	2,31	2,97	0,42	0,54	13,85	17,84	69,23	89,19		
	35	45										

Полдник:

Кисломолочный напиток (напиток ацидофильный)	150	180	4,35	5,22	3,75	4,50	6,30	7,56	76,00	92,00	0,45	0,54
--	-----	-----	------	------	------	------	------	------	-------	-------	------	------

Ужин:

Запеканка творожная с молоком сгущённым	110/20	130/20	20,73	24,20	16,98	20,06	29,49	32,78	353,40	408,20	0,49	0,54
Чай с сахаром	150/5	180/6	0,053	0,06	0,015	0,02	5,02	6,02	20,08	24,10	0,02	0,03