

Утверждаю  
 Директор МБДОУ «ЦРР-д/с №57 «Соловушка»

Е.С. Зиганшина

## МЕНЮ

16.06.2026 г.

Завтрак:

Наименование блюда	Масса Порции		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин	
	ясли	сад	белки		жиры		Угл-ды		Ккал		С	
			я	с	я	с	я	с	ясли	сад	ясли	сад
<i>Каша пшеничная молочная с маслом сливочным Какао с молоком Бутерброд с маслом сливочным</i>	140/3	180/3	6,02	7,73	4,84	5,60	30,97	39,81	191,96	241,16	0,67	0,86
	180/6	180/6	3,67	3,67	3,19	3,19	10,87	10,87	90,78	90,78	1,43	1,43
	25/5	30/5	1,92	2,29	4,36	4,50	12,92	15,49	98,50	111,68		

2-ой Завтрак:

<i>Сок</i>	200	200	1,0	1,0	0,00	0,00	20,20	20,20	84,80	84,80	4,0	4,0
------------	-----	-----	-----	-----	------	------	-------	-------	-------	-------	-----	-----

Обед:

<i>Салат картофельный с морковью и солеными огурцами Борщ со свежей капустой, с картофе- лем на мясном булье- не, со сметаной Гуляш из отварной говядины Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным Кисель Хлеб пшеничный Хлеб ржаной</i>	40	60	0,55	0,82	2,09	3,13	3,43	5,14	34,64	51,96	4,80	7,20
	150/5	180/7	1,26	1,48	3,70	4,59	6,74	8,12	70,31	85,97	6,43	7,71
	30/30	40/40	8,73	11,64	10,07	13,43	1,73	2,31	132,60	176,80	0,56	0,74
	110/2	130/3	6,45	7,62	3,13	4,16	29,16	34,47	170,14	205,27	0	0
	150	180	0,45	0,54	0,08	0,09	13,50	16,18	62,70	75,24	0,83	0,99
	25	35	1,90	2,66	0,20	0,28	12,30	17,22	58,75	82,25	0,00	0,00
	35	45	2,31	2,97	0,42	0,54	13,85	17,84	69,23	89,19		

Полдник:

<i>Кисломолочный напиток(ряженка) Кондитерское изделие(вафли)</i>	150	180	4,35	5,22	3,75	4,50	6,30	7,56	76,00	92,00	0,45	0,45
	20	20	0,75	0,75	6,10	6,10	12,50	12,50	108,50	108,50	0	0

Ужин:

<i>Королевская ватрушка Чай с сахаром и лимоном</i>	100/30	120/30	15,98	18,44	9,50	10,96	50,58	58,36	350,13	404,00		
	150/5/ 5	180/6/ 7	0,10	0,13	0,2	0,03	5,18	6,23	21,78	26,48	2,24	2,83