



МЕНЮ

на 21 августа 2026 г.

Наименование блюда 2 день	Без нәрсә ашыйбыз		Выход г 1-3 лет	Выход г 3-7 лет	Б г	Ж г	У г	Эн.ценность Ккал, /Витамин С
	1-3 лет	3-7 лет						
Застрак:								
Каша манная молочная с маслом	150/3	200/3	3,90/5,20		4,38/5,80	19,00/25,20	131,00/173,80	
Какао с молоком	160	180	2,00/2,42		2,20/2,58	11,30/13,61	65,16/87,30	
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3	25/7/3	3,50/4,00		5,95/6,00	12,90/12,83	119,60/122,00	
Итого:	346	418	9,40/11,62		12,33/14,38	43,20/51,64	315,76/383,10	
2 застрак:								
Фрукты свежие	85	100	0,34/0,34		0,34/0,34	10,50/10,50	47,00/49,00	
Итого:	85	85	0,34/0,34		0,34/0,34	10,50/10,50	47,00/49,00	
Обед:								
Свекла отварная	30	50	0,36/0,60		1,50/2,50	2,52/4,20	25,00/42,00	
Суп крестьянский с курицей, со сметаной	150/10/5	200/15/5	3,00/3,50		5,80/7,80	14,70/19,70	121,00/163,00	
Ёжики мясные паровые	50	70	6,50/8,75		4,86/6,80	10,41/8,15	121,43/170,00	
Пюре картофельное	110	130	2,20/3,70		3,30/4,44	15,40/25,00	131,15/155,00	
Компот из свежих яблок	150	180	0,10 / 0,10		0,10/ 0,10	10,20/11,80	42,10/49	
Хлеб сельский	30	37,5	1,5/1,8		0,3/0,4	14,3/18	66/82,5	
Итого:	688,5	688,5	13,66/18,45		15,86/22,04	67,53/86,85	506,68/661,50	
Полдник:								
Кондитерские изделия (печенье)	10	10	3,20/3,20		3,38/3,38	26/27,00	114,00/168,00	
Молоко кипяченое	100	110	2,30/2,50		2,50/2,75	3,60/4,00	46,00/51,00	
Суфле из творога с молоком стужённым	110/10	150/20	5,82/9,00		8,10/12,50	15,53/24,00	158,00/245,00	
Чай с сахаром и лимоном	150/4/4	180/5/5	0,09 / 0,12		0,01 / 0,01	8,50/10,20	34,50/41,00	
Хлеб пшеничный	20	20	1,6/1,52		0,2/0,16	9,8/9,84	47/47,00	
Итого:	398	500	13,01/16,34		14,19/18,80	63,43/75,04	399,50/552,00	
ВСЕГО:	1364,00	1691,5	36,41/46,75		42,72/55,56	224,03/232,06	1268,94/1645,60	

Ст. мед/сестра: dey Семягина Е.В.