



**МЕНЮ**  
15 июня 2026 г.  
**Завтрак:**

| Наименование блюд   | Масса Порции |        | Пищевые вещества |      |      |      |        |       | Энергетическая ценность |       | Витамин С |      |
|---|--------------|--------|------------------|------|------|------|--------|-------|-------------------------|-------|-----------|------|
|   | ясли         | сад    | белки            |      | жиры |      | Угл-ды |       | Ккал                    |       | ясли      | сад  |
|   |              |        | Я                | С    | Я    | С    | Я      | С     | ясли                    | сад   |           |      |
| <i>Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным</i><br><i>Кофейный напиток с молоком</i><br><i>Бутерброд с маслом сливочным, с сыром</i> | 140/3        | 180/3  | 5,79             | 7,44 | 6,28 | 8,07 | 26,29  | 33,80 | 185,6                   | 238,7 | 0,67      | 0,86 |
|   | 180/6        | 180/6  |                  |      |      |      |        |       | 6                       | 1     |           |      |
|   | 25/5/5       | 30/5/5 | 2,85             | 2,85 | 2,41 | 2,41 | 10,35  | 10,35 | 74,58                   | 74,58 | 1,17      | 1,17 |
|   |              |        | 2,53             | 3,61 | 5,69 | 5,83 | 12,92  | 15,49 | 115,6                   | 128,7 | 0,07      | 0,07 |

**2-ой Завтрак:**

|               |     |     |      |      |      |      |      |      |       |       |       |       |
|---------------|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|
| <b>Фрукты</b> | 100 | 100 | 0,40 | 0,40 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 9,80 | 47,00 | 47,00 | 10,00 | 10,00 |
|---------------|-----|-----|------|------|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|

**Обед:**

|   |     |     |       |       |      |       |       |       |       |       |      |      |
|---|-----|-----|-------|-------|------|-------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| <i>Салат из кукурузы к/с</i>                          | 30  | 50  | 0,86  | 0,45  | 1,85 | 2,35  | 2,41  | 2,97  | 29,79 | 34,80 | 2,79 |      |
| <i>Икра кабачковая</i>                                |     |     |       |       |      |       |       |       |       |       |      |      |
| <i>Суп картофельный с клецками на курином бульоне</i> | 150 | 180 | 2,58  | 3,10  | 2,86 | 3,44  | 11,27 | 13,53 | 89,36 | 107,2 | 3,45 | 4,14 |
| <i>Плов из отварной птицы</i>                         |     |     |       |       |      |       |       |       |       | 4     |      |      |
| <i>Компот из свежих яблок</i>                         | 150 | 200 | 12,71 | 11,19 | 7,85 | 10,93 | 26,80 | 31,80 | 229,0 | 282,5 | 4,52 | 0,18 |
| <i>Хлеб пшеничный</i>                                 |     |     |       |       |      |       |       |       | 0     | 5     |      |      |
| <i>Хлеб ржаной</i>                                    | 150 | 180 | 0,12  | 0,14  | 0,12 | 0,14  | 20,91 | 25,09 | 85,95 | 103,1 | 2,85 | 0,81 |
|   | 30  | 35  |       |       |      |       |       |       |       | 4     |      |      |
|   | 35  | 45  | 2,28  | 1,90  | 0,24 | 0,20  | 14,77 | 12,30 | 70,57 | 58,75 | 0,00 | 0,00 |
|   |     |     | 2,31  | 2,97  | 0,42 | 0,54  | 13,85 | 17,84 | 69,23 | 89,10 |      |      |

**Подник:**

|   |     |     |      |      |      |      |      |       |       |       |      |      |
|---|-----|-----|------|------|------|------|------|-------|-------|-------|------|------|
| <i>Кисломолочный напиток (ацидофильный напиток)</i> | 150 | 180 | 4,35 | 5,22 | 3,75 | 4,50 | 6,30 | 7,56  | 76,00 | 92,00 | 0,45 | 0,54 |
| <i>Кондитерское изделие(печенье)</i>                |     |     |      |      |      |      |      |       |       |       |      |      |
|   |     | 20  |      | 1,50 |      | 1,96 |      | 14,88 |       | 83,40 |      |      |

**Ужин:**

|   |       |       |      |      |      |      |       |       |       |       |       |       |
|---|-------|-------|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| <i>Котлеты рыбные</i>                       | 50    | 70    | 6,41 | 8,99 | 3,41 | 4,26 | 5,58  | 7,82  | 72,63 | 101,7 | 0,33  | 0,46  |
| <i>Пюре картофельное с маслом сливочным</i> | 120   | 140   |      |      |      |      |       |       |       | 2     |       |       |
| <i>Чай с сахаром</i>                        | 150/5 | 180/6 | 2,47 | 2,88 | 6,01 | 6,65 | 16,39 | 19,12 | 129,6 |       | 14,53 | 16,96 |
| <i>Хлеб пшеничный</i>                       | 30    | 30    | 0,06 | 0,06 | 0,02 | 0,02 | 5,01  | 6,01  | 0     | 147,9 | 0,03  | 0,03  |
|   |       |       | 2,28 | 2,66 | 0,24 | 0,28 | 14,77 | 17,22 | 19,95 | 0     |       |       |
|   |       |       |      |      |      |      |       |       | 70,57 | 23,94 | 0,00  | 0,00  |
|   |       |       |      |      |      |      |       |       |       | 82,25 |       |       |