

## МЕНЮ

6 августа 2026 г.

Завтрак:

| Наименование<br>блюد                           | Масса<br>Порции |        | Пищевые вещества |      |      |      |        |       | Энергетическая<br>ценность |        | Витамин |      |
|------------------------------------------------|-----------------|--------|------------------|------|------|------|--------|-------|----------------------------|--------|---------|------|
|                                                | ясли            | сад    | белки            |      | жиры |      | Угл-ды |       | Ккал                       |        | С       |      |
|                                                |                 |        | я                | с    | я    | с    | я      | с     | ясли                       | сад    | ясли    | сад  |
| Каша пшенная<br>молочная с маслом<br>сливочным |                 | 180/3  |                  | 5,17 |      | 5,33 |        | 24,92 |                            | 184,24 |         | 0,00 |
| Чай с молоком,<br>сахаром                      |                 | 180/6  |                  | 3,03 |      | 2,40 |        | 10,48 |                            | 75,76  |         | 1,38 |
| Бутерброд с сыром, с<br>маслом сливочным       |                 | 30/5/5 |                  | 3,61 |      | 5,83 |        | 15,49 |                            | 128,77 |         | 0,07 |

2-ой Завтрак:

|        |  |     |  |      |  |      |  |      |  |       |  |       |
|--------|--|-----|--|------|--|------|--|------|--|-------|--|-------|
| Фрукты |  | 100 |  | 0,90 |  | 0,20 |  | 8,10 |  | 43,00 |  | 60,00 |
|--------|--|-----|--|------|--|------|--|------|--|-------|--|-------|

Обед:

|                                                            |  |        |  |      |  |       |  |       |  |        |  |       |
|------------------------------------------------------------|--|--------|--|------|--|-------|--|-------|--|--------|--|-------|
| Салат из св капусты<br>с морковью                          |  | 60     |  | 0,84 |  | 3,05  |  | 5,41  |  | 52,44  |  | 10,25 |
| Суп-лапша домашняя<br>на курином бульоне,<br>с мясом птицы |  | 180/10 |  | 4,19 |  | 5,85  |  | 8,40  |  | 109,54 |  | 0,60  |
| Рыба, тушеная с<br>овощами                                 |  | 50/25  |  | 9,75 |  | 10,59 |  | 21,70 |  | 196,18 |  |       |
| Пюре картофельное                                          |  | 140    |  | 2,86 |  | 4,48  |  | 19,08 |  | 128,10 |  | 16,96 |
| Напиток из<br>сухофруктов                                  |  | 180    |  | 0,60 |  | 0,08  |  | 20,81 |  | 68,18  |  | 0,65  |
| Хлеб пшеничный                                             |  | 30     |  | 2,28 |  | 0,24  |  | 14,77 |  | 70,57  |  |       |
| Хлеб ржаной                                                |  | 45     |  | 2,97 |  | 0,54  |  | 13,85 |  | 69,23  |  |       |

Полдник:

|                                  |  |     |  |      |  |      |  |      |  |       |  |      |
|----------------------------------|--|-----|--|------|--|------|--|------|--|-------|--|------|
| Кисломолочный<br>напиток (катык) |  | 180 |  | 5,22 |  | 4,50 |  | 7,56 |  | 92,00 |  | 0,54 |
|----------------------------------|--|-----|--|------|--|------|--|------|--|-------|--|------|

Ужин:

|                              |  |             |  |      |  |       |  |       |  |        |  |      |
|------------------------------|--|-------------|--|------|--|-------|--|-------|--|--------|--|------|
| Вак балиш с рисом и<br>мясом |  | 90          |  | 7,02 |  | 10,35 |  | 28,62 |  | 234,63 |  |      |
| Чай с сахаром и<br>лимоном   |  | 180/6/<br>7 |  | 0,13 |  | 0,03  |  | 6,23  |  | 26,48  |  | 2,83 |