

Утверждаю: *М. Зел*
 Заведующий Заварзина М.А

МЕНЮ НА 4 мая 2026 г

Наименование	вес	калории	вес	калории	
	ясли		сад		
ЗАВТРАК					
Макаронны с сыром	120	220	150	264	
Чай с сахаром	150	46	180	55	
Печенье	17	40	34	81	
Итого за завтрак	287	306	364	400	25,27%
2-й ЗАВТРАК					
Яблоки	58	48	58	48	
Итого за второй	58	48	58	48	3,03%
ОБЕД					
Суп картофельный с мясом	165	73	220	97	
Капуста тушеная с мясом	190	298	220	345	
Компот из с/фруктов	150	85	180	102	
Хлеб ржаной	30	52	37,5	65	
Хлеб пшеничный	10	20	15	29	
Итого за обед	545	528	673	638	40,30%
Яйцо	40	32	40	32	
Салат рыбный	105	243	135	280	
Кисель из концент.	150	122	180	146	
Хлеб пшеничный	15	29	20	39	
Итого за полдник	310	426	375	497	31,40%
Итого за день	1200,0	1308,0	1470	1583	100%

Повар *Н* Тарасова Н.И.

Калькулятор *Т* Сундукова Т.М.