

| Утверждаю: | | | | | |
|--------------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|---------------|
| Заведующий М.А. Заварзина | | | | | |
| МЕНЮ на 2026 год | | | | | |
| Наименование | вес | | калори | | |
| | ясли | сад | ясли | сад | |
| ЗАВТРАК | | | | | |
| Бутерброд с маслом | 15 | 74 | 20 | 80 | |
| Каша пшеничная на молоке | 150 | 152 | 180 | 182 | |
| Кофейный напиток с молоком | 150 | 74 | 180 | 89 | |
| Хлеб пшеничный | 10 | 20 | 10 | 20 | |
| Итого за завтрак | 325 | 320 | 390 | 371 | 29,33% |
| 2-й ЗАВТРАК | | | | | |
| Апельсин 1/2 | 89,0 | 40 | 85,0 | 40 | |
| Итого за второй завтрак | 89 | 40 | 85 | 40 | 3,16% |
| ОБЕД | | | | | |
| Салат из свежей капусты | 40 | 35 | 60 | 40 | |
| Борщ с мясом. и сметаной | 175 | 101 | 235 | 137 | |
| Пудинг рыбный | 75 | 115 | 75 | 115 | |
| Картофельное пюре | 130 | 130 | 150 | 150 | |
| Компот из сухофруктов | 150 | 132 | 180 | 158 | |
| Хлеб ржаной | 30 | 52 | 37,5 | 65 | |
| Хлеб пшеничный | 10 | 20 | 15 | 29 | |
| Итого за обед | 610 | 585 | 753 | 694 | 54,86% |
| ПОЛДНИК | | | | | |
| Яйцо 1 шт | 40 | 63 | 40 | 63 | |
| Салат из соленых огурцов | 30 | 18 | 45 | 27 | |
| Булочка российская | | | 60 | 193 | |
| Чай с сахаром | 150 | 42 | 180 | 50 | |
| Хлеб пшеничный | 10 | 20 | 10 | 20 | |
| Итого за полдник | 190 | 80 | 335 | 160 | 12,65% |
| Итого за день | 1214 | 1025 | 1563 | 1265 | 100% |
| Повар: <i>Стеф</i> | | | | | |
| Калькулятор: | | | | | |