

МЕНЮ

На 30.09.2026г

тверждаю:

Наименование

выход

если

ккал

сад

ккал

Завтрак

Каша овсяная молочная, замена -б/молока	120	101,4	150	126,7
Кофе с молоком, замена чай	150	60,8	180	72,9
Хлеб пшеничный	25	58,6	30	70,3

2 завтрак

Напиток из ягод, фрукты	100/90	43,3/40	100/100	43,3/44,4
-------------------------	--------	---------	---------	-----------

Обед

Салат из свежих помидоров и огурцов	40	45,8	50	57,2
Суп картофельный с рыбн.фрикад. замена с мясными	150	114,1	180	136,9
Рис	90	144,3	110	135,7
Котлета рыбная, замена мясная, соус белый	70/20	78,9/12,5	80/30	90,2/18,7
Кисель из смородины, Хлеб ржаной	150/30	37,9/58,7	180/45	45,5/88

ПОЛДНИК

Кефир	150	75,2	200	100,2
Конд. изд	25	58,6	30	70,3
УЖИН				
Запеканка из творога	130	263,6	150	304,2
Повидло	20	52,3	30	78,5
Чай сл., хлеб пшеничный	150/25	19,6/58,6	180/30	23,5/70,3