



## Меню на 29.07.2026

| Завтрак 8-00                         | ясли             |                                  | дошкольники      |                                  |
|--------------------------------------|------------------|----------------------------------|------------------|----------------------------------|
|                                      | выход блюда в гр | энергетическая<br>ценность в кал | выход блюда в гр | энергетическая<br>ценность в кал |
| Батон с маслом сливочным             | 35               | 103                              | 35               | 103                              |
| Каша манная молочная                 | 130              | 230                              | 150              | 230                              |
| Чай с сахаром                        | 180              | 38,5                             | 180              | 38,5                             |
| итого за завтрак                     | 345              | 371,5                            | 365              | 371,5                            |
| <b>Второй завтрак 10-00</b>          |                  |                                  |                  |                                  |
| Яблоко свежее                        | 100              | 85,8                             | 100              | 85,8                             |
| <b>Обед 12-00</b>                    |                  |                                  |                  |                                  |
| Салат из капусты с морковью          | 30               | 51,3                             | 50               | 51,3                             |
| Борщ со сметаной 150/5,200/5         | 155              | 103,6                            | 205              | 103,6                            |
| Каша "Царская" с курой               | 150              | 133                              | 180              | 133                              |
| Компот из кураги                     | 150              | 90,9                             | 180              | 90,9                             |
| Хлеб пшеничный/ хлеб<br>ржаной/30/20 | 50               | 125                              | 50               | 125                              |
| итого за обед                        | 535              | 503,8                            | 665              | 503,8                            |
| <b>Полдник 15-00</b>                 |                  |                                  |                  |                                  |
| Макароны запеченные с яйцом          | 100              | 289                              | 100              | 289                              |
| Молоко кипячёное                     | 150              | 128                              | 180              | 128                              |
| Пирожок с капустой                   | 30               | 216,7                            | 50               | 216,7                            |
| Хлеб ржаной                          | 10               | 19                               | 10               | 19                               |
| итого за полдник                     | 290              | 652,7                            | 340              | 652,7                            |
| Итого за день                        | 1270             | 1613,8                           | 1470             | 1613,8                           |