



Меню на каждый день
3 июня 2026



УТВЕРЖДАЮ
ЗАВЕДУЮЩИЙ
Ю.В.Тонкова

Четверг 3

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки,	Жиры,	Углеводы,	ЭЦ,	Вит С	№ т/к
			г	г				
			Всего	Всего				

ЗАВТРАК

1	Каша молочная ассорти(рис.,пшен.) с маслом сливочным	200/150	5,0	5,9	25,6	175	0,53	16/4
2	Какао с молоком	200/180	3,9	3,5	22,9	135	0,52	14/10
3	Батон с маслом и сыром	30/5/10 20/3/7	4,9	2,9	14,0	104	0,07	4/13

Итого за прием **13,3** **12,3** **58,9** **398** **1,18**

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

1	Сок	120/100	0,5	0,1	10,1	46	2,0	20/10
---	-----	---------	-----	-----	------	----	-----	-------

Итого за прием **0,4** **0,40** **9,8** **47** **10**

ОБЕД

1	Салат из моркови с раст.маслом	50/40	0,9	4,1	6,4	67	2,13	10/1
2	Суп картофельный с рыбой	200/150	7,2	4,1	13,0	119	15,35	19/2
3	Мясо куры отварное в соусе	80/60	11,4	9,7	7,5	163	1,08	2/9
4	Каша гречневая вязкая	150/120	6,1	5,4	26,7	182	0,00	3/4
5	Кисель из вишни	200/150	0,1	0,0	24,5	96	51,2	7.248/1
6	Хлеб пшеничный (обогащенный)	50/40	9	1	48	240	8	7.051
7	Хлеб ржаной	50/40	8	1	47	210	0	7.002/1

Итого за прием **40,3** **23,3** **183,5** **1092** **77,76**

УПЛОТНЁННЫЙ УЖИН

1	Картофель отварной	100/80	2,9	4,2	21,9	139	6,0	1/3
2	Кефир	140/100	3,1	1	5,5	43,4	0	7.403
3	Кондитерское изделие	20/10	0,4	0,2	2,7	16,4	0	4.23/12
4								
5								

Итого за прием **40** **75,8** **219,2** **1697** **47,51**

Итого за день **94** **111,8** **471,4** **3234** **136,45**

Цена дня- 160,93 руб-дет. Сад.;

132,52 руб.- ясли.