

«10» августа 2026 г.

Утверждаю:

Заведующий МДОУ № 15

Любакова Е.А



Меню

	Норма		Калорийность	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
1. Каша «Дружба»	150	200	123,19	157,60
2. Кофейный напиток с молоком	160	200	68,02	85,02
3. Сыр полутвердый (порциями)	5	10	18,50	37,00
4. Батон витаминизированный обогащенный	30	38	96,10	99,20
Второй завтрак				
1. Ряженка	100	10	104,70	104,70
Обед				
1. Щи из свежей капусты с картофелем	160	190	109,10	138,06
2. Макароны изделия отварные	110	130	117,18	162,58
3. Азу	60	80	98,74	131,65
4. Салат из моркови	30	50	19,96	33,27
5. Компот из свежих яблок	150	180	100,70	120,83
6. Хлеб пшеничный	20	30	38,39	57,59
7. Хлеб ржаной	20	30	63,90	64,90
Полдник				
1. Чай с молоком и сахаром	150	200	58,98	78,64
2. Булочка домашняя	50	70	189,5	265,3
Ужин				
1. Рыба, запеченная с картофелем под молочным соусом	160	200	234,00	324,40
2. Чай с сахаром	200	200	40,60	40,60
3. Хлеб пшеничный	20	30	38,39	38,39
Рекомендуем приготовить на ужин дома:				
1. Запеканка капустная с курицей				

Старшая медсестра