

Утверждаю

Руководитель

Горохова О.А.

(подпись)

(расшифровка подписи)

МЕНЮ
на 21.05.2026
ЯСЛИ.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гликозиды, г	Витаминность, %	
ЗАВТРАК						
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150	5.01	5.55	30.68	192.68	0.975
Какао с молоком	150	3.09	2.97	10.65	81.42	0.975
Хлеб с яйцом	20	3.02	4.10	7.74	82.47	0.000
ЗАВТРАК 2						
Яблоко	80	0.32	0.32	7.84	37.60	8.000
ОБЕД						
Щи из свежей капусты со сметаной	150	6.52	7.42	5.76	116.56	21.720
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	110	5.81	5.64	30.07	194.49	1.650
Мясо кур отварное в соусе	70	9.43	10.44	1.59	137.58	1.022
Компот из сухофруктов	150	0.02	0.00	10.66	40.56	0.075
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	66.00	0.920
Салат из свеклы с солеными огурцами	30	0.50	3.02	2.03	37.26	2.220
ПОЛДНИК						
Салат овощной с зеленым горошком	80	2.24	5.68	7.28	88.80	9.360
Ватрушка с яблоками	40	2.81	3.56	20.93	128.00	1.584
Чай черный	150	0.03	0.02	6.30	24.10	0.015

МЕНЮ
на 21.05.2026
ДЕТСКИЙ САД.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гликозиды, г	Витаминность, %	
ЗАВТРАК						
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180	6.01	6.66	36.81	231.21	1.170
Какао с молоком	180	3.71	3.56	12.78	97.70	1.170
Хлеб с яйцом	30	4.53	6.16	11.60	123.70	0.000
ЗАВТРАК 2						
Яблоко	160	0.64	0.64	15.68	75.20	16.000
ОБЕД						
Щи из свежей капусты со сметаной	180	7.83	8.91	6.91	139.88	26.064
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	130	6.86	6.67	35.54	229.85	1.950
Мясо кур отварное в соусе	100	13.47	14.91	2.27	196.54	1.460
Компот из сухофруктов	180	0.02	0.00	12.80	48.67	0.090
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
Хлеб ржаной	50	3.30	0.60	16.70	82.50	1.150
Салат из свеклы с солеными огурцами	50	0.84	5.03	3.38	62.10	3.700
ПОЛДНИК						
Салат овощной с зеленым горошком	110	3.08	7.81	10.01	122.10	12.870
Ватрушка с яблоками	50	3.52	4.45	26.16	160.00	1.980
Чай черный	180	0.04	0.02	7.56	28.93	0.018

МЕНЮ
на 20.05.2026
ДЕТСКИЙ САД.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
ЗАВТРАК						
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	180	6.01	6.66	36.81	231.21	1.170
Какао с молоком	180	3.71	3.56	12.78	97.70	1.170
Хлеб с яйцом	30	4.53	6.16	11.60	123.70	0.000
ЗАВТРАК 2						
Яблоко	160	0.64	0.64	15.68	75.20	16.000
ОБЕД						
Щи из свежей капусты со сметаной	180	7.83	8.91	6.91	139.88	26.064
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	130	6.86	6.67	35.54	229.85	1.950
Мясо кур отварное в соусе	100	13.47	14.91	2.27	196.54	1.460
Компот из сухофруктов	180	0.02	0.00	12.80	48.67	0.090
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
Хлеб ржаной	50	3.30	0.60	16.70	82.50	1.150
Салат из свеклы с солеными огурцами	50	0.84	5.03	3.38	62.10	3.700
ПОЛДНИК						
Салат овощной с зеленым горошком	110	3.08	7.81	10.01	122.10	12.870
Ватрушка с яблоками	50	3.52	4.45	26.16	160.00	1.980
Чай черный	180	0.04	0.02	7.56	28.93	0.018