

Утверждаю
Руководитель _____

Злыгастева А.О.
(расшифровка подписи)

МЕНЮ
на 23.07.2026
ЯСЛИ.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамин С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Вит. В1, мг	
ЗАВТРАК						
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	5.09	6.32	22.54	167.20	0.780
Хлеб с маслом и яйцом	20	3.02	4.10	7.74	82.47	0.000
Какао с молоком	150	3.09	2.97	10.65	81.42	0.975
ЗАВТРАК 2						
Снежок	100	5.00	3.20	8.50	87.00	0.600
ОБЕД						
Свекольник со сметаной	150	6.75	8.28	9.96	141.45	10.515
Голубцы с мясом курицы и рисом (ленивые) без сметаны	130	14.20	13.90	9.68	221.43	45.045
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	20	1.52	0.16	9.84	46.60	0.000
Напиток из шиповника	150	0.38	0.15	14.86	67.77	112.575
Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0.40	1.06	1.37	16.71	0.136
Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	66.00	0.920
Салат из отварного картофеля, моркови и лука	30	0.45	2.05	3.20	33.50	1.065
ПОЛДНИК						
Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы	80	1.22	8.17	8.05	111.07	9.800
Чай черный	150	0.03	0.02	6.30	24.10	0.015
Ватрушка со сметаной	40	3.58	5.84	20.76	151.49	0.320

МЕНЮ
на 23.07.2026
ДЕТСКИЙ САД.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамин С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Вит. В1, мг	
ЗАВТРАК						
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180	6.10	7.58	27.05	200.65	0.936
Хлеб с маслом и яйцом	30	4.53	6.16	11.60	123.70	0.000
Какао с молоком	180	3.71	3.56	12.78	97.70	1.170
ЗАВТРАК 2						
Снежок	100	5.00	3.20	8.50	87.00	0.600
ОБЕД						
Свекольник со сметаной	180	8.10	9.94	11.95	169.74	12.618
Голубцы с мясом кури и рисом (ленивые) без сметаны	170	18.56	18.17	12.66	289.56	58.905
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	30	2.28	0.24	14.76	69.90	0.000
Напиток из шиповника	180	0.45	0.18	17.84	81.32	135.090
Соус молочный (для подачи к блюду)	30	0.60	1.58	2.06	25.06	0.204
Хлеб ржаной	50	3.30	0.60	16.70	82.50	1.150
Салат из отварного картофеля, моркови и лука	50	0.75	3.42	5.34	55.84	1.775
ПОЛДНИК						
Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы	110	1.67	11.23	11.07	152.72	13.475
Чай черный	180	0.04	0.02	7.56	28.93	0.018
Ватрушка со сметаной	50	4.47	7.30	25.95	189.36	0.400