



УТВЕРЖДАЮ
И.о.Заведующего ДОУ
С.Н.Налимова

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ НА 14.08.2026

Блюда	вес блюда	Пищевые вещества				№ рецепту ры
		эн.ценн.	белки	жиры	углеводы	
Завтрак						
Каша молочная овсяная	150/200	154/187	3,69/4,91	5,4/5,48	22,56/28,41	№199
Бутерброд с сыром	40/50	98,1/116,4	2,3/2,9	5,4/6,1	9,9/12,4	№104
Чай с сахаром	150/180	16/23,9	0	0	4/7	№ 411
Итого завтрак:	340/430	268,1/327,3	5,99/7,81	10,8/11,58	36,46/47,81	
Второй завтрак						
фрукты	100/120	44/52,8	0,4/0,48	0,4/0,48	9,8/11,76	№ 386
Обед						
Суп рыбный	150/200	81,7/118,9	5,7/10,5	3/3,9	8,2/10,3	№156
Печень тушеная в соусе	98,5/98,5	113/139	9,25/11,31	7,44/9,1	2,38/2,9	№292
Свежие овощи	40/60	6,0/9,0	0,3/0,5	0/0,1	1,1/1,7	№13
Компот из сухофруктов	150/180	44,5/48,4	0,3/0,6	0	10,9/11,9	
Хлеб	45/60	117/156	0,3/0,7	1,12/1,5	22,5/30	№6
Каша вязкая	120/150	116/146	3,66/4,58	4,07/5,09	16,42/20,54	№331
Итого обед:	540/655	472,2/555,3	28,19/34,29	11,52/12,9	63,21/74,41	
Полдник						
Кондитерское изделие	25/75	102,5/307,5	1,75/5,25	3/9	17,5/52,5	№1
Молоко кипяченое	150/180	85/102	4,58/5,48	4,08/4,88	7,58/9,07	№419
Итого полдник:	175/255	178,5/399,5	6,1/10,47	6,75/13,5	23,8/60,06	
Всего:	1218,5/1553,5	968,8/1396,9	35/50,35	33,58/45,25	131,56/196,97	