

И.О.Заведующий
ГБДОУ
/Кудашин

МЕНЮ

2 октября 2026 г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	6.6	7.3	32.4	222
КАША РИСОВАЯ С САХАРОМ (аллергики)	180/10	4.2	6.4	56.4	300
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.7	2.3	12.5	82
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА) (аллергики)	180	0.1		0.2	1
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1.6	0.6	24.9	109
Итого		10.9	10.2	69.8	413
II Завтрак					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5.2	7.2	7.6	97
Итого		5.2	7.2	7.6	97
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0.7	0.1	2.3	14
РАССОЛЬНИК (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	3.9	8.5	10.1	135
РАССОЛЬНИК (аллергики)	200	2.3	3.4	11.1	84
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	13.8	8.9	2.2	164
МЯСО (ГОВЯДИНА) ТУШЕНОЕ (аллергики)	60	17.6	15.1	0.3	207
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	5.3	4.8	33.5	198
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2.9	5.4	23.7	156
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	180	0.1	0.1	9.7	41
Итого		27.3	23.3	80.8	665
Полдник					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	18.5	18.4	16	304
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КИСЕЛЬ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0.4	0.1	22.7	96
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0.4	0.4	9.8	47
Итого		22.1	19.7	67.3	540
Всего		65.5	60.4	225.5	1715