

Утверждаю

И.О.Заведующий
МДОУ №38 Детский сад Будущего
_____/С.В.Кобелева/

МЕНЮ
18 августа 2026 г.

Аллергики

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	140	1,86	4,15	1,09	19,80	105,45
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,72	0,00	0,00	4,84	19,35
БАТОН	40	5,20	3,08	1,20	20,04	103,60
Итого		7,78	7,23	2,29	44,68	228,40
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	125	23,60	0,50	0,50	12,38	55,25
Итого		23,60	0,50	0,50	12,38	55,25
Обед						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	7,68	0,55	2,08	2,64	31,76
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	4,39	1,18	2,10	8,41	57,46
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	7,58	1,81	0,36	14,80	69,91
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)	80	33,65	10,01	4,37	5,85	98,94
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	5,18	0,15	0,00	19,28	78,75
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	28	1,95	1,90	0,22	11,83	56,92
Итого		60,43	15,60	9,13	62,81	393,74
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	40,05	19,26	8,56	16,57	240,79
СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №360	35	4,64	0,33	1,64	1,44	20,93
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,79	0,00	0,00	8,40	34,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,70	0,19	1,30	8,44	40,53
Итого		47,18	19,78	11,50	34,85	336,25
Всего		138,99	43,11	23,42	154,72	1 013,64

Зав. производством (шеф-повар) _____ М.А.Захарова, Попова С.М.