

Утверждаю

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

МЕНЮ
21 августа 2026 г.

Аллергики

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	1,26	3,10	0,41	22,24	104,90
ЧАЙ С САХАРОМ	165	0,72	0,00	0,00	4,84	19,35
БАТОН	38	4,94	2,93	1,14	19,04	98,42
Итого		6,92	6,03	1,55	46,12	222,67
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	9,00	0,00	0,00	10,60	42,40
Итого		9,00	0,00	0,00	10,60	42,40
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60	7,66	0,50	1,10	4,53	31,05
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	155	6,20	1,26	2,17	10,03	64,97
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ И СОУСОМ	190	30,79	10,28	7,34	22,25	204,62
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	6,15	0,77	0,05	17,57	74,36
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,15	2,10	0,25	13,10	63,04
Итого		52,95	14,91	10,91	67,48	438,04
Ужин						
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	9,29	2,22	0,45	18,09	85,45
ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)	80	36,03	11,35	2,12	4,73	80,43
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,78	0,20	1,36	8,84	42,46
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,79	4,54	10,34	36,55	257,02
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,79	0,00	0,00	8,40	34,00
Итого		52,68	18,31	14,27	76,61	499,36
Всего		121,55	39,25	26,73	200,81	1 202,47

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