

Утверждаю

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

МЕНЮ
25 августа 2026 г.

Аллергики

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	1,46	4,13	0,47	26,31	125,82
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	6,66	1,33	0,48	24,52	107,84
ЧАЙ С САХАРОМ	160/6	0,72	0,00	0,00	7,50	30,36
Итого		8,84	5,46	0,95	58,33	264,02
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	125	23,59	0,50	0,50	12,38	55,25
Итого		23,59	0,50	0,50	12,38	55,25
Обед						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	6,75	0,70	2,03	3,68	35,87
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	5,09	0,89	3,00	3,45	45,20
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	2,21	3,95	4,35	25,31	156,19
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	75	45,90	11,29	11,34	2,54	157,22
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	2,90	0,00	0,00	4,84	19,35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,09	2,04	0,24	12,72	61,20
Итого		64,94	18,87	20,96	52,54	475,03
Ужин						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	8,34	1,99	0,40	16,19	76,47
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)	80	34,43	10,01	9,27	6,24	144,41
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,72	0,00	0,00	4,84	19,35
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,77	0,20	1,36	8,84	42,46
ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	50	7,12	3,25	4,60	31,69	180,90
Итого		52,38	15,45	15,63	67,80	463,59
Всего		149,75	40,28	38,04	191,05	1 257,89

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